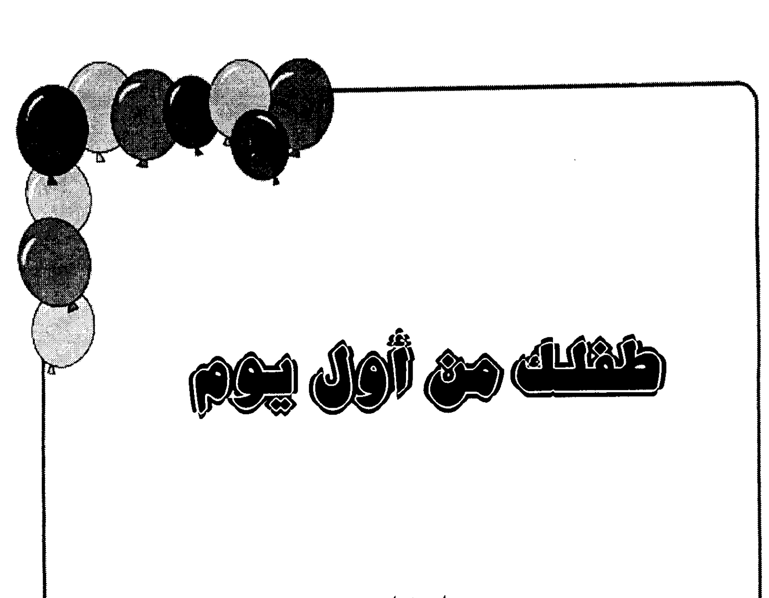
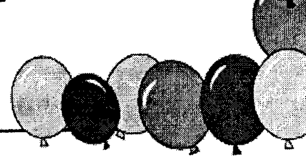


طفلك من أول يوم

إعداد

فاطمة الزهراء فلا



مكتبة جزيرة الورد

تقاطع ش عبد السلام عارف مع ش الهادى

ت: ٠٥٠/٢٢٥٧٨٨٢

رقم الإيداع
٢٠٠٣/٣١٥٢

مكتبة جزيرة الورد
تقاطع ش عبد السلام عارف مع ش الهادى
ت: ٠٥٠/٢٢٥٧٨٨٢



تقديـــم

طفلك منحة ربانية

أجمل ما فى الحياة أن استيقظ فى الصباح على ابتسامة طفل صغير وجميل فى الفراش يناغى ينادى الفراشات يمسك الهواء يداعب يديه فيصدر صوت يسعد أتعس الأزواج.

من هنا تأتى تعاسة المرأة التى تتزوج ولا تنجب حتى وإن كانت متزوجة من شخص لا تحبه وفرضه القدر عليها فهى قد تحبه لو أنعم الله عليها بطفل يجعلها بأمومته أسعد نساء الكون على الإطلاق.

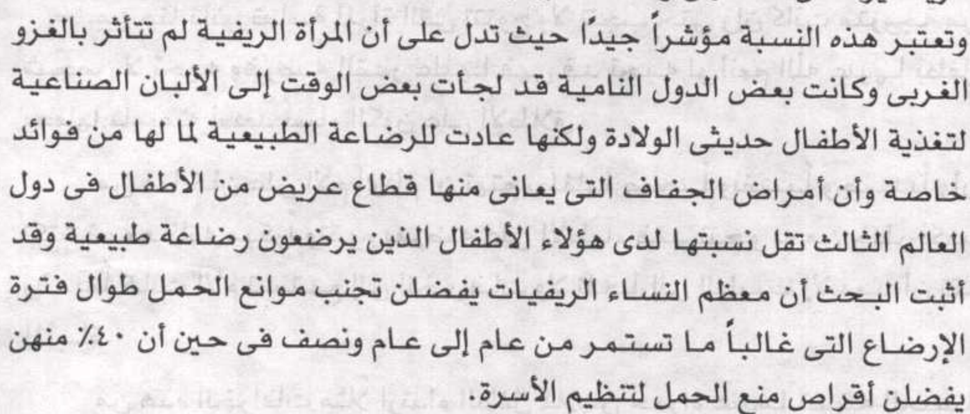
من هنا كان على الأم أى أم أن تهتم بطفلها صحياً ونفسياً وجسدياً وأن تكتشف معاناته مبكراً وتقوم بعرضه على الأطباء فقد تنجو به من خطر أكيد وقديماً كانت الأم تستمع إلى الخرافات ولا تلجأ إلى الطبيب إلا بعد أن تقع المأساة.

من هذه الخرافات مثلاً ارتداء الطفل لملابس حمراء عندما تصيبه الحصبة ويجلس فى غرفة مظلمة أو مثلاً تضع الكحل فى عينيه إذا آلمته.

والكثير من الأمهات الجاهلات قد تسببن فى عاهات لأبنائهن دون أن تدرى الواحدة منهن أنها السبب لذلك دعوة لكل أم متعلمة وجاهلة أن تهتم بفلذة كبدها وتقرأ معنا بعض النصائح.



قومى بإرضاع طفلك من ثدييك



العودة إلى الرضاعة الطبيعية إتجاه جديد بدأت تدعو إليه المنظمات الصحية والعالمية. لما لها من فوائد عظيمة على صحة الأم والطفل

وقد أجريت الأبحاث حول الرضاعة الطبيعية على مجموعة من النساء فى الريف.

فثبت أن ٩٧٪ من الأمهات فى الريف يرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية وتعتبر هذه النسبة مؤشراً جيدًا حيث تدل على أن المرأة الريفية لم تتأثر بالغزو الغربى وكانت بعض الدول النامية قد لجأت بعض الوقت إلى الألبان الصناعية لتغذية الأطفال حديثى الولادة ولكنها عادت للرضاعة الطبيعية لما لها من فوائد خاصة وأن أمراض الجفاف التى يعانى منها قطاع عريض من الأطفال فى دول العالم الثالث تقل نسبتها لدى هؤلاء الأطفال الذين يرضعون رضاعة طبيعية وقد أثبت البحث أن معظم النساء الريفيات يفضلن تجنب موانع الحمل طوال فترة الإرضاع التى غالباً ما تستمر من عام إلى عام ونصف فى حين أن ٤٠٪ منهن يفضلن أقراص منع الحمل لتنظيم الأسرة.

يقول الأطباء: إنه من الأخطاء الشائعة انتظار الأم لليوم الثالث بعد الولادة لإرضاع طفلها فى حين ثبت علمياً أنه خلال الأيام الثلاثة الأولى يفرز ثدى الأم لبناً يسمى «بالمسمار» وهو مفيد جداً لصحة الطفل وقد أثبت البحث أن ٧٦٪ من الأمهات يرضعن أطفالهن منذ اليوم الثالث للولادة فى الوقت الذى يلجأ ٢٢٪ منهن إلى إرضاع أطفالهن منذ اليوم الأول لمولودهم.

ويؤكد البحث أنه ليس هناك أى علاقة بين كمية الحليب التى يفرزها ثدى



الأم وبين عمرها أو عدد مرات الولادة.

متى تبدأ الأم مساعدة طفلها بغذاء خارجي؟

أكثر من ٦٠٪ يعتمدون على حليب الأم اعتماداً كلياً لمدة ٦ شهور في حين أن ٢٥٪ من الأمهات يعتمدن على إرضاع أطفالهن رضاعة طبيعية لمدة عام كما أن ٢٥٪ من النساء يلجأن إلى إمداد أطفالهن بغذاء خارجي. أما رجوع الطمث فيعتمد على عدد مرات الرضاعة وانتظامها فالتقليل من عدد مرات الرضاعة يؤدي إلى سرعة عودة الطمث ومن ثم تعدد احتمالات الحمل مرة أخرى.

أسباب فطام الطفل

ويذكر البحث أسباب الفطام إلى ٤٧٪ من الأمهات يلجأن إلى فطام أطفالهن بسبب الحمل الجديد.

٣٨٪ يمتنعن عن إرضاع أطفالهن عندما يشعرن أن الطفل قد نضج.

٤٪ يلجأن إلى فطام الطفل عندما يقل الحليب لديهن.

١٪ لا يحاولن الاستمرار في رضاعة أطفالهن لمجرد رفض الطفل ثدي أمه.

الرضاعة الطبيعية تقي طفلك من الأمراض في المستقبل.

للرضاعة الطبيعية فوائد صحية تفوق العناصر الغذائية مجتمعة ولها من الأسرار العديد لذلك فإننا نكتشف من وقت لآخر سراً من أسرارها لم يعلن عنه من قبل.

مزايا الرضاعة الطبيعية

١ - تخفف العبء عن رب الأسرة محدودة الدخل بالنسبة لما ينفق على تغذية

الرضيع فضلاً عن أنها ترفع العبء الاقتصادى عن الدولة لما تتحمله لتوفير الحليب المجفف.

٢ ـ الرضاعة الطبيعية مثالية فى تنظيم النسل لذا يجب أن تهتم أجهزة تنظيم الأسرة بهذا الجانب فمن المعروف أن اللاتى يرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية لا يتعرضن للحمل أثناء فترة الرضاعة.

٣ ـ الرضاعة الطبيعية تقلل من نسبة حدوث أمراض سرطان الثدى لدى الأمهات وتساعد الرحم على رجوعه لحالته الطبيعية.

٤ ـ من أعظم فوائد الرضاعة الطبيعية إعطاء الطفل فرصة للاقتراب من أمه أكثر فيرضع مع حليبها الحب والحنان وهذا كفيل بتنمية عواطف الود والحنان والحب فى رضيعها لما يلقاه من رعاية صحية وغذائية من حليب أمه ومن المعروف أن الرضاعة الطبيعية تقلل من أعباء الأم من ناحية إعداد الرضعات ونسبة إصابة الطفل بالأمراض المعدية.

٥ ـ أما المزايا الصحية التى وضعها الله فى حليب الأم فلا تستطيع حصرها ويكشف العلم من آن لآخر عن ميزة من تلك المميزات فعلى سبيل المثال فإن زلالات الحليب الآدمى وهو حليب الأم سهلة الهضم وبها كافة الأحماض الأمينية التى لها قيمة غذائية فريدة ويكفى أن الحامض الأمينى السيدسيبى والمتوافر فى حليب الأم يعتبر عنصراً أساسياً فى نمو (المخ) والجهاز الهضمى للطفل أما من ناحية الدهنيات فى حليب الأم فهى تمتاز بأنها سهلة الهضم كما أنها تحتوى على حامض الدهن (الأنوليك) بوفرة أكثر من الحليب الحيوانى مما يعطيها قوة مضاعفة فى بناء مخ الوليد والكوليسترول الموجود فى حليب الأم يخدم بوفرة عملية بناء المخ والأعصاب فى الطفل ويمثل سكر الكلوجوز العنصر الرئيسى للكربوهيدرات فى حليب الأم ونسبة مرتفعة تصل إلى حوالى ٧٠٪ وتعتبر مكوناً أساسياً لنسيج المخ.

هذا بالإضافة إلى أن حليب الأم يحتوى على قدر ضئيل نسبياً من الأملاح المعدنية لا يشكل عبئاً على الكليتين.



الرضاعة الطبيعية.. وأمراض الحساسية

ما معنى الحساسية؟

تستعمل كلمة حساسية لتقليل كثير من الأمراض التى يعانى منها الطفل كأنها الأساس الذى تؤول إليه كل الأمراض المبهمة التى ليس لها تفسير طبى.

ومن المعلومات الهامة التى يجب على كل أم معرفتها هى أن الجسم لا يمكن أن يكون حساساً لشىء من أول مرة فمثلاً عندما يتعاطى الطفل البنسلين أو الاسبرين للمرة الأولى قد لا تظهر عليه أية أعراض فى حين تؤثر عليه نفس هذه الأدوية فى المرة الثانية مما قد يشكل تأثيراً خطيراً على طفلها عندما تقدم له أنواع الطعام المختلفة أو الأدوية منذ فطامه على أن تحرص على متابعة حالته عند تقديم هذه الأنواع أكثر من مرة فإذا لاحظت بوادر الحساسية قد ظهرت عليه ففى هذه الحالة يجب الحذر الشديد لتجنب ما قد يحدث له نتيجة إصابته بالحساسية بسبب نوع معين من الأطعمة أو الأدوية.

وقد تستخدم كلمة حساسية بطريقة خاطئة فى كثير من الأحيان بالنسبة لتغذية الطفل كأن يقال إن الطفل مصاب بحساسية ضد حليب أمه فهذا خطأ وليس له أى سند طبى فقد خلق الله حليب الأم ليكون أنسب غذاء للطفل فى شهوره الأولى من العمر ولا يمكن بأى حال من الأحوال أن يكون سبب مرض وإنما فى بعض الأحيان يرجع الطفل بعد الرضاعة (يقشط) كمية بسيطة من الحليب وبالرغم من أن ذلك يعد أمراً طبيعياً إلا أن الأم قد تعتقد خطأ أن حليبها غير مناسب لطفلها وفى الحقيقة يكون الحليب الذى تناوله الطفل أكثر من الكمية التى يحتاجها فيرجعها.

وفى بعض الأحيان تكون الأم مصابة بحساسية ضد نوع معين من الغذاء مثل السمك الذى يحدث لها نوعاً من الأرتكاريا عند تناوله فى هذه الحالة إذا رضع منها الطفل بعد تناولها السمك فإنه يصاب أيضاً بارتكاريا أو المغص وعلى الأم أن تحرص على عدم تناول أنواع الطعام التى تسبب لها الحساسية.

وقد أجريت دراسة حديثة جاءت نتيجتها أن الأطفال المصابين بالأكزيما والربو لم تتح لهم فرصة الرضاعة الطبيعية فى طفولتهم بعكس الأطفال الذين تناولوا الرضاعة الطبيعية فلم يصابوا بهذه الأمراض.

وهكذا فإن حليب الأم تضاف إليه ميزة هامة وهى أنه يقوم بالوقاية من أمراض الحساسية أما بالنسبة للحساسية للألبان المجففة أو اللبن الحليب فقد يحدث فى بعض الأحيان غير أنها ليست شائعة وقد تكون الحساسية فى هذه الحالة على شكل اضطرابات معوية أو مغص وهناك الحساسية ضد أنواع معينة من الطعام مثل الشوكولا والفريز والأغذية المعلبة وتختفى أعراض الحساسية عندما يتوقف تناول هذا النوع من الغذاء أما بالنسبة للربو الشعبى عند الأطفال فيعتبر أحد أعراض الحساسية غير أنه يختفى فى أغلب الحالات مع نمو الطفل طالما اتبع العلاج اللازم.

ما هى التغذية المناسبة للطفل المصاب بالربو

يجب أن تكون التغذية طبيعية ولا داعى لمنع البيض واللبن والسمك إلا إذا كانت هناك علاقة وثيقة بين نوع معين من الغذاء والأعراض الظاهرة عندئذ فالامتناع عن تناول هذه الأطعمة مفيد بالنسبة للعلاج وكذلك عدم تدخين الأبوين فى وجود الطفل المصاب أما بالنسبة لحساسية الأدوية فهى من المواضيع الهامة التى يجب أن تؤخذ فى الاعتبار أما معناها العلمى فهو أن الجسم يتفاعل مع هذه المادة أو الدواء بصورة غير متوقعة مما يؤدى إلى حدوث أعراض مثل الأرتكاريا أو الإسهال أو أى أعراض أخرى ومن أشهر الأدوية التى تؤدى إلى الحساسية هى المضادات الحيوية مثل البنسلين وخلافه وليس معنى ذلك أن الطفل مصاب بالأكزيما أو نزلات شعبية متكررة أو أى مرض له علاقة بالحساسية أن نمنعه بصورة عشوائية من دواء خاصة من المضادات الحيوية.

ولتجنب الحساسية يجب تجنب مسبباتها أولاً بالإضافة إلى الابتعاد عن الإنفعال والتوتر فالأطفال المصابون بالربو غالباً ما يكونوا فى صحة طيبة فى



فترات معينة لكن عند إصابتهم بالبرد أو التهاب اللوزتين أو الجديرى المائى فإن حدة النوبات تصبح فى ازدياد فعلى الأم التى يصاب طفلها بالحساسية نتيجة الجهاز التنفسى عليها محاولة تقليل الغبار الموجود بقدر الإمكان وذلك بتنظيف السجاد يومياً واستبدال الأغطية بصفة مستمرة حتى لا يعلق بها غبار وعند وجود حيوان أليف بالمنزل يجب ابعاد الطفل المصاب عنه بقدر الإمكان كذلك فإن الإقلال من المجهود يحد من نوبات الربو التى تصيب الصغير وأخيراً فإن الحب وحده قادر على إحاطة طفلك بكل سبل الراحة ومن ثم الشفاء التام.

احذرى الرضاعة الصناعية

بدأ العالم كله يتجه إلى الرضاعة الطبيعية وبدأت الحملات الدعائية بكل أنواعها لحث الأم على إرضاع طفلها فلقد وجد الأطباء العالميون أن الأم العاملة فى هذا العصر الحديث قد تحولت إلى سوبر مان بمعنى أنها تركز اهتمامها للعمل وتترك طفلها معتمدة على الرضاعة الصناعية التى تفقد الحنان المتبادل بينهما.

لقد انتشرت هذه الحملات بشكل موسع فى العالم وتكونت فى امريكا جمعيات خاصة للأمهات لحل المشاكل التى تواجهها الأم العاملة فى الرضاعة الطبيعية.

من هذه المشاكل أنها تريد أن ترضع طفلها فى أسرع وقت ممكن لتخرج إلى عملها فى الوقت الذى يريد فيه الطفل وقتاً كافياً لارضاعه فالرضاعة الطبيعية ليست مسألة سهلة مثل الرضاعة الصناعية فهى تحتاج إلى صبر من الأم خاصة أن الطفل ليس مخلوقاً طيعاً

وتبدأ مشاكل الرضاعة عادة بعد الوضع ذلك أن الأم لا تفكر فى هذه المسألة أثناء الولادة وعندما تفاجأ بها تتوقف عنها.

وتقوم الدول بوضع الحلول لمشاكل الرضاعة الطبيعية فمثلاً فى أمريكا تكونت الجمعيات للأمهات العاملات مهمتها توعية الأم ووضع الحلول أمام العقبات التى تواجهها.

هذه الجمعيات يقوم فيها الأطباء بوضع النصائح التى يمكن أن تتقبلها الأم

بسهولة لإرضاع طفلها طبيعياً بالإضافة الى اللقاءات التى تحدث بين الأمهات داخل هذه الجمعيات حيث تتم مناقشة بينهم حول المشاكل التى تواجهها والاشتراك فى وضع الحل.

القواعد التى تحكم علاقة الأم بالطفل

١ - لا ترضعى طفلك كلما بكى بحيث يصبح الثدى أو البزازة لتشبع رغبة المص وليس الجوع.

٢ - إذا نام طفلك ساعة أو ساعتين أو ثلاث ساعات أكثر من وقته فلا توقظيه لاعطائه اللبن.

٣ - إذا لم يكمل طفلك الرضاعة أو نام خلالها فلا تعيدى الكرة بعد ساعة بل حاولى أن تحافظى على مواعيد رضاعة شبه ثابتة ومحددة ٣ - ٤ ساعات.

٤ - إياك أن تضعى طفلك فى السرير قبل أن يتجشأ.

٥ - انتبهى لوضع طفلك خلال النوم ومن الأفضل وضعه علي جانبه أو على بطنه خوفاً من الاستفراغ.

٦ - تجنبى المخدة أو الفراش الرخو أو اللحاف.

٧ - تجنبى كثرة الهز والهدهدة ولا تحاولى أن تحمليه كلما بكى فالتربيت على الكتف أو ملامسة الخد والرأس باليد تعطى شعوراً بالعاطفة.

٨ - تجنبى الضجة قدر الإمكان فالطفل ينزعج من كل صوت عال ولكن لا يعنى ذلك أن تتعطل دورة الحياة والحركة فى المنزل طيلة نوم الطفل والموسيقى الناعمة الخفيفة تساعد إلى حد كبير على تهدئة الطفل.

٩ - لا تقلقى فى حالة وضع اليد أو الأصبع فى الفم خلال النوم أما «البزازة» فإنها تهدىء الطفل وإذا لم يكن فى مجال لتجنبها فحافظى على نظافتها الكاملة.

ومن المهم أن تعتاد الأم على وجود الطفل وأن تتعرف عليه وأن يشعر بها بقربه مرتاحة فالقلق يزعج ويعتقد أن المغص الذى يصيب الأطفال فى السادسة مساء سببه توتر الأهل والمحيط.



وحتى تتعرف الأم إلى طفلها إنزعى ثيابه، دلكى جسمه بيديك كما تفعل الأمهات فى الهند مع أطفالهن باتجاه العمود الفقرى والرجلين خلف الرقبة تكلمى معه بهدوء فإنه سيكون سعيداً وهذا سيسرك.

وعندما ينهى الطفل طعامه لا تضعيه فى السرير مباشرة بل اتركيه معك لفترة حتى وإن كان لك أعمال أخرى تريدين القيام بها لاشىء أهم من العلاقة مع طفلك وبناء الثقة التى ستسعدكما معاً.

أظافر الطفل

يجب ألا نقص أظافر الطفل قبل الشهر إلا إذا كان الطفل يجرح نفسه أى عندما تتكون الأظافر جيداً وإذا كان الطفل كثير الحركة فإننا نقص أظافره عندما ينام.

أسنان الطفل

عندما تظهر الأسنان ننظفها مرة فى الأسبوع بواسطة قطن نضعه على قضيب صغير أو قطعة قماش ناعمة نبللهما بمصل فيزيولوجى أو بماء الكربونات (ملعقة صغيرة من الكربونات فى كوب ماء).

فى الثالثة من العمر يبدأ الطفل بتنظيف أسنانه بالفرشاة قدمى له فرشاة أسنان إغسلى أسنانك أمامه عندما يرى ذلك فإنه سيحب تقليدك فى البداية لن ينجح كثيراً ولكن لا نعتمد كثيراً على فاعلية تنظيف أسنانه بنفسه قبل الخمس سنوات ولكنك هنا حتى تساعدى فى تحسين هذه العملية وهنا مناسبة لمراقبة أسنان طفلك بالتفتيش عن نقاط سوداء التى هى علامة على وجود التسوس واعلمى أن للفرشاة دوراً لا يقل أهمية عن دور المعجون يجب أن نمرر الفرشاة بعناية على الأسنان من أعلى إلى أسفل من الأمام إلى الخلف وذلك خلال دقيقتين.

فى سن ٣ سنوات

بعد ٣ سنوات خذى طفلك مرة فى السنة عند طبيب الأسنان حتى وإن لم



تلاحظى شيئاً على أسنانه فالسن المريض ليس فقط كريه على المستوى الخاص ولكن لذلك تأثير على الصحة العامة وبأشكال مختلفة وخطرة بعض الأحيان ابتداء من فقد الشهية إلى انحطاط فى الصحة ترافقها حالة حمى دائمة لا تفسير لها ظاهرياً.

إن الأشياء المسكرة والحلويات المختلفة هى أعداء أسنان أولادك فهى تلتصق بالأسنان وتترك بينها ترسبات الحامض الذى هو السبب الأساسى لتسوس الأسنان والسكريات خاصة إذا أعطيت بين الوجبات والأخطر هو ما يعطى قبل النوم فإذا ما أصر الطفل على طلب السكريات قبل النوم اعطه تفاحة أو برتقالة ليمصها ذلك أن لب هذه الفاكهة ينظف الأسنان أكثر من الفرشاة كما يقول الأطباء.

التمارين الرياضية

بعد الحمام تستطيع الأم أن تجعل الطفل يقوم ببعض التمارين الرياضية فى التمدد والتقلص للرجلين التى تساعد على نمو عضلات البطن. الطفل ممدد على ظهره ضعى يدك على بطنه وارفعى بالأخرى رجليه بشكل عمودى ثم اخفضيها عدة مرات ولكن اعملى هذا كنوع من اللعب والتسلية ولا تتحولى إلى مدربة رياضية فإن طفلك يقوم برياضة عندما يتحرك.

كيف أعلم طفلى النظافة؟



لا يحب الطفل أن يكون مبللا فيبكى حتى نغير ثيابه والأم أيضاً لا تحب الحفاضات المتسخة فالأم والطفل يحبان النظافة فالفترة الممتدة من ١٢ ـ ١٨ شهراً هو السن الذى يبدأ فيها الطفل باكتشاف النظافة ولكن لكل طفل طريقته الخاصة والحياة العاطفية تلعب دوراً مهماً فالطفل الذى يغار من أخته أو أخيه أو الطفل الحزين لسبب أو لآخر هو الذى لا يرى أمه وأباه كما يريد أو الطفل المضطرب فإنه ينضبط أقل من غيره



ولكن تعلم النظافة يأتى بالتدريج فالبراز يتحكم فيه الطفل قبل المثانة فالطفل يبلل نفسه فى الليل بعد أن يكون قد تعلم ألا يبلل نفسه خلال النهار.

موقفك من ذلك تأثير كبير حسب إذا ما أظهرت نعومة أو عدم الصبر منتبهة أو مهملة فإن طفلك يتعلم النظافة بسرعة أكبر وبسهولة أكبر ومن المفيد أن تعرفى ما يمر فى عقل الطفل وما يمر فى جسمه فى السن الذى يتعلم فيه النظافة.

لكى يصبح الطفل نظيفاً يجب أن يتعلم الادراك فى كيفية أفراغ أمعائه أو مثانته وأن يصبح متحكماً ومنتظراً لتلبية هذه الحاجة ولملء هذه الشروط يجب

١ - أن يبلغ الجهاز العصبى درجة من النمو وتقع هذه المرحلة بين ١٢ - ١٨ شهراً وعلى الأرجح ١٨ شهراً ولكن فى كل الحالات بعد أن يتعلم الطفل المشى.

٢ - أن تصبح عضلات الإخراج قوية ولن تصل قبل ١٢ - ١٨ شهراً.

٣ - أن تكون حياة الطفل العاطفية خالية من الاضطرابات.

٤ - أن يستطيع الطفل الجلوس على المبولة من خمس إلى ست دقائق دون تعب وهذا ما لا يستطيعه قبل السنة وأحياناً قبل ذلك.

وبما أن الهدف هو أن يستطيع الطفل قضاء حاجته على المبولة فيجب أن تهتمى بها أيضاً ومن المفيد أن نضع الطفل على مبولة مستقلة أى لا تكون داخل مقعد وألا يخلط الطفل بين الجلوس ليتسلى والجلوس لتقضى حاجته.

لا تجبرى الطفل على استخدام الحمام فهذا يزعجه من حيث الكبر ومن حيث صوت الماء تضعين المبولة فى زاوية من الحمام مثلاً وتتركيها دائماً فى المكان نفسه.

لا تتركى طفلك أكثر من عشر دقائق على المبولة حتى وإن كان ذلك دون نتيجة وعندما يقضى حاجته ارفعيه عن المبولة هكذا يعرف لماذا تضعينه على المبولة ولا تهددى طفلك بها ولا تجعليها مصدر إزعاج.

وأخيراً إذا جلس طفلك عليها دعيه وشأنه حتى يتصرف على راحته ولا يكون مضطرباً.

فتعلم التحكم بالأمعاء يبدأ من الشهر الخامس عشر يمكن أن تحصل نتائج مفاجئة ثم يتراجع الطفل ولكن لا يمكن أن ننتظر نتائج ثابتة ودائمة حتى الشهر الثامن عشر.

أما تعلم التحكم بالمثانة فيبدأ مع تعلم التحكم بالأمعاء بما أن الطفل سيجلس على المبولة ولكن هذا التعلم يلزمه وقت أطول من التحكم بالأمعاء.

أشياء يجب أن يعتادها الطفل

١ . عودى طفلك أن تكون ثيابه نظيفة منذ البداية وذلك بتغيير الحفاضات مراراً فعندما يبلل ثيابه سيشعر بالإزعاج وهذا سوف يشجع الطفل على أن يبذل جهوداً نحو النظافة.

٢ . ضعى طفلك على المبولة بصورة منتظمة.

٣ . إنزعى الحفاضات وضعى له سروالاً لأن الطفل الذى يبلل سرواله يشعر بالإنزعاج على عكس الحفاضات التى تحفظ الرطوبة فاترة وهذا سيشجعه على إعلامك فى الوقت المناسب خوفاً من أن يشعر بالانزعاج.

ضعى له سروالاً صباحاً ((بعد وضعه على المبولة) فإذا نجحت التجربة أعيدى التجربة بعد الظهر فالسروال يعتبر نوعاً من الرقى بالنسبة للطفل وهو يعى بذلك أنه لم يعد طفلاً يتبول على نفسه فيبدأ بالتحكم فى هذه العملية وهذا يحدث بين السنتين والسنتين والنصف.

٤ . ضعى طفلك على المبولة قبل النوم والعملية هى تفاعل بين القدرة الفسيولوجية والتدريب العملى فدورك هو المحاولة وتكرار المحاولة وفى حالة الفشل المرحلى لا داعى للقلق وكررى محاولاتك.

السراويل التى يمكن خلعها بسهولة عملية جداً فى تعلم النظافة.

وقد تطورت نظرة أطباء الأطفال وعلماء النفس خلال هذه السنوات الأخيرة لقد قرروا أنه من غير المفيد إيقاظ الطفل ليلاً لأن الطفل يصبح نظيفاً



وحده عندما تصبح مثانته قوية ومن مضار إيقاظ الطفل أنه لن يعلم شيئاً وكذلك فإنه لن يستطيع النوم مجدداً.

الكثير من الأطفال ينظفون ليلاً بين السنتين والسنتين ونصف وبعضهم يتأخر عن ذلك ولا يمكن التحدث عن سلس البول قبل الخمس سنوات

كيف أحكم على ذكاء طفلى؟

بحكم إحتكاك الأبوين بطفلهما وملازمتهما له طول الوقت فهما على دراية أكيدة بوضع طفلهما ونموه ويعتمد الأطباء كثيراً على تقارير الأهل فى تقييم حالة الطفل لأنهم. أى الأهل يمتلكون من المعلومات مالا يستطيع غيرهم أن يعرفوه وكلما أصبح الأبوان على إدراك أكبر ومعرفة أوسع بطفلهما كلما كان ذلك خير معين له وعلى الأبوين ألا يتوانيا أبداً فى اختبار الطبيب عندما ينتابهما أى شك حول وضع طفلهما فكلما أسرع فى معالجة المشكلة كلما كان ذلك أفضل.

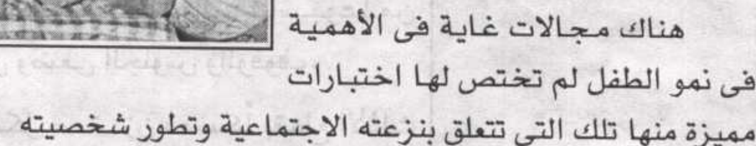
طفلى عمره ثلاث سنوات

هذه السنوات الثلاث من عمر الطفل أفضل المراحل التى يتم فيها معالجة الكثير من المشاكل التى يصعب حلها حتى على المختصين بعد سن الثالثة.

إختبرى ذكاء طفلك فى هذه السن



يمكن لبعض الاختبارات التى تتعلق باللغة وبالذكاء أن تجرى من وقت لآخر للتحقق من نمو الطفل العقلى إلى الحد الأوسط أما التقييمات التى تجرى للأطفال الموهوبين فتلك حالات أخرى.



هناك مجالات غاية فى الأهمية فى نمو الطفل لم تختص لها اختبارات مميزة منها تلك التى تتعلق بنزعته الاجتماعية وتطور شخصيته

إن استزادة الأهل بمعرفة إجراءات الاختبارات يجعلهم قادرين على اختيار الطبيب المناسب الذى يمكن الاعتماد عليه فى الاستشارة وقت الضرورة.

اختبار التنقل والحركة

الاجراء

إجلسى على مقربة من طفلك.. مدى ذراعيك إليه ليأتى إليك شجعيه ليأتى إليك بندائه باسمه أو تقديمك لعبة مفضلة لديه.

الاستجابة

يبدأ طفلك فى عمر الـ ٣٢ أسبوعاً بجر جسمه متثاقلاً نحوك. لا تنزعجى للأمر فى حالة عدم تمكنه من الاستجابة.

إذا تأرجح جسمه واهتز فى محاولة الوصول إليك إجعليه يخطو خطوات تمهيدية يستهل بها طفلك حركته وتنقله.

القدرة على الوقوف

الإجراء:



قدمى لطفلك إصبعيك (السبابتين) ليمسك بهما وساعديه ليسحب جسمه إلى الأعلى فيقف أو إلى الأسفل فيجلس.

الاستجابة:

يستطيع الطفل فى عمر الـ ٤٠ أسبوعاً من سحب نفسه إلى وضعى الجلوس والوقوف.

يقف وبشكل متزن ممسكاً بقطع الأثاث الثابتة.



يستطيع فى عمر الـ ١٣ شهراً الوقوف إلى لعبة متحركة متنقلة أو إلى قطع أثاث متحركة ويمتلك بعد ذلك الثقة التى يستطيع معها الوقوف وحده بدون مساعدة.

تقوية عضلات الرقبة والظهر

الاجراء:

إجعلى طفلك مستلقيا على بطنه، قربى منه لعبة ملونة حركيها فى مجال الرؤية لديه.

الاستجابة:

يمتلك الطفل قوة ضئيلة فى عضلات رقبته حتى عمر الأربعة أسابيع يتابع الطفل اللعبة المتحركة بعينيه ورأسه ولكنه لا يستطيع رفع رأسه أكثر من عدة ثوانى.

يتابع الطفل برأسه اللعبة المتحركة أمامه فى عمر الـ ١٢ أسبوعاً وقد أصبح قادراً على رفع رأسه عن السرير لمدة أطول.

إن قمت باجراء الاختبار نفسه لطفلك وهو فى عمر الـ ٢٤ أسبوعاً فبمقدوره رفع نفسه مستعيناً بمقدمتى ساعديه.

الإجراء

إسحبى بيدى طفلك إلى وضع الجلوس.

الاستجابة

يميل طفلك فى عمر الستة أسابيع برأسة جانباً لدى سحبه إلى وضع الجلوس ولكن وضع الرأس يتحسن فى عمر الـ ١٢ ـ ١٦ أسبوعاً. بينما يصبح فى عمر الـ ٢٠ أسبوعاً قادراً على التحكم برأسه بشكل كامل ولا يعود يميل برأسه جانباً عندما يهتز أو يتأرجح.



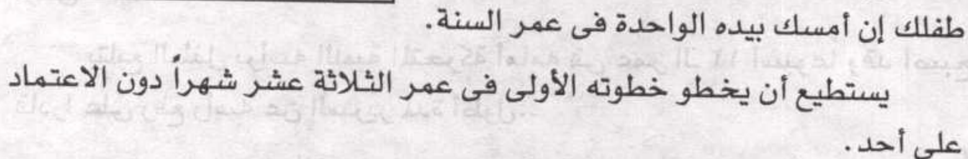
القدرة على المشى

الاجراء:

يبدأ طفلك بالمشى جاراً قدميه جانبيا وبشكل متثاقل مستنداً إلى قطع الأثاث. ابعدى قطع الأثاث عن بعضها وانظرى إن كان باستطاعته متابعة تنقله. اعترضى طريقه وقدمى إليه يديك ليتوكأ عليها وانظرى إن كان يستطيع السير إلى الأمام.

الاستجابة:

يجب على طفلك أن يسير جانباً مستنداً إلى قطع الأثاث فى عمر الـ ٤٨ أسبوعاً يمشى طفلك إن أمسك بيده الواحدة فى عمر السنة.



يستطيع أن يخطو خطوته الأولى فى عمر الثلاثة عشر شهراً دون الاعتماد على أحد.

الرشاقة (خفة الحركة)

الاجراء:

اختبرى رشاقة طفلك بتعليمه نشاطات وفعاليات جديدة مثل المشى إلى الوراء، القفز، الحركات الإيقاعية مع الموسيقى. شجعيه ليقلدك ويشاركك حركاتك.

الاستجابة:

يجب على طفلك أن يصبح قادراً على المشى إلي الوراء بسهولة فى عمر الـ ١٢ شهراً أو أن يستمتع بالحركات الإيقاعية والرقص والتمايل على أنغام الموسيقى فيصفق ويغنى .



يصبح فى عمر السنتين قادراً على القفز والمشى على رؤوس الأصابع يجب أن يصبح قادراً على الوثب ويستمتع بلعب (الحجلة) وهى لعبة قوامها أن يقفز الصبى على قدم واحدة فوق مربعات مرسومة على الأرض من غير أن تمس قدميه أضلاع المربعات

القدرة على المناورة والتناسق العضلى

الاجراء:

اختبرى روح المغامرة لدى طفلك وقدرته على المناورة بالاعتماد على تناسقه العضلى وذلك بتزويده ببعض التجهيزات والأدوات والألعاب مثل التزحلق.

الاستجابة

يجب أن تصبح عضلات ساقى طفلك فى عمر الثلاث سنوات قوية وتصبح قدميه مرنتين بشكل يستطيع معه ركوب عجلة.

يجب أن يصبح أكثر فعالية ونشاطاً فى عمر الأربعة سنوات بشكل يستطيع معه استنباط فعاليات مختلفة تعتمد على تناسقه العضلى مثل الوثب والقفز والتسلق (تسلق سلالم جبلية متواجدة فى حدائق اللعب).

ويتطور التناسق العضلى لديه فى عمر الخمسة سنوات ويستطيع معه الاستمتاع بالأجهزة التى يمكن ممارستها خارج المنزل على حذاء التزحلق.

تباين السطور

معطيات الأعمار لمراحل النمو والتطور هى معدلات وسطية فربما استطاع طفلك أن يحرز التطور بوقت مبكر أو متأخر ولا يعتبر الخبراء التأخر فى بعض الأحيان أمراً غير طبيعياً ولكن متى أظهر الطفل إنحرافاً جاداً وصريحاً عن المعدل الوسطى للأعمار يجب استشارة الطبيب المختص



اختبار حاسة التذوق

تتبين حاسة التذوق الموجودة على سطح اللسان أربعة مذاقات مختلفة.

الحلو، المر، الحامض، والمالح

ويستجيب الأطفال حديثى الولادة بشكل مختلفة لكل هذه المذاقات فعندما يعطى الطفل الوليد ماء منكه يبدو على وجهه بعض التعابير الخاصة استجابة للمذاق.

وتحدث قطرات من مادة مرة ممددة على سطح لسان الوليد رد فعل وكأنها صدمة ينفتح فمه وتدل التعابير التى تظهر على وجه الطفل لدى تحسسه لمختلف الأطعمة على قدرته على تذوق هذه الأطعمة.

فإذا أردت اختبار حاسة التذوق لدى طفلك لاحظى استجابته المبدئية للأطعمة المختلفة التى تقدم له.

اختبارات حاسة التذوق لدى الأطفال حتى عمر الأربعة أسابيع

الطعم الحلو

الاجراء:

استعملى قطارة، اسقطى على لسان طفلك نقطه:

يجب أن يسترخى وجه طفلك ويأخذ تعبيراً خاصاً وكأنه يبتسم.

الطعم المالح

الاجراء:

ضعى إصبعك المغطى بقليل من الملح فى فم طفلك



الاستجابة:

يظهر طفلك تكشيرة ويدفع باصبعك خارج فمه.

الطعم الحامض

الاجراء:

صب على لسان طفلك قطرتين من عصير الليمون الممدد جداً.

الاستجابة:

سوف يغمض طفلك عينيه ويزم شفتيه ويقطب حاجبيه عابساً وربما أظهر عدة ارتعاشات

اختبارات حاسة السمع



لكى يستطيع الطفل الكلام بشكل سليم فهو بحاجة لأن يسمع بشكل سليم وما يجب اختباره لدى الأطفال الكبار هو كيفية الاستجابة للغة المحكمية أما لدى الأطفال الحديثى الولادة فالأمر مختلف ويقتصر الاختبار على الحكم على استجابتهم لمختلف الأصوات.

وقدرة الطفل ذو الستة أشهر على النطق العفوى مفتاح يزوده بالقدرة على السمع واستعمال اللغة المحكية وتحمل الصفات التالية بعض الأمثلة.

على اختبارات السمع للأطفال حتى سن الثالثة.

هل يستطيع طفلك أن يسمع؟

الطفل الوليد



يجب أن يظهر رعدة وارتعاشات لدى سماعه أى صوت عال أو مفاجىء مثل تصفيق اليدين أو اغلاق الباب بشدة.

ويجب أن يغمض عينيه أو يفتحهما على نحو مختلج لدى سماعه لهذه الأصوات العالية.

فى عمر الأربعة اسابيع

يجب أن يبدأ طفلك بملاحظة الأصوات المفاجئة الطويلة والمديدة مثل صوت الخلاط الكهربى أو صوت المكنسة الكهربية.

فى عمر الـ ٢٨ أسبوعاً

يجب أن يستدير عند سماعه صوت أمه وأبيه أو سماع أى صوت هادىء صادر من كل جانب.

فى عمر الـ ٣٦ أسبوعاً

يجب أن ينصت بشغف إلى الأصوات المتكررة يومياً والتى أصبحت مألوفة لديه يحاول أن يبحث عن مصدر بعض الأصوات الهادئة غير المرئية.

يجب أن يظهر الاستجابة لدى سماع إسمه أو سماعه بعض الكلمات المألوفه لديه.

العمر ٢٤ أسبوعاً - ١٨ شهراً

الإعداد

يمكن لأى شخص بالغ إجراء الاختبار ولكن يجب أن يجلس الطفل فى



حضن أحد أبويه ويجب اختيار مكان الجلوس بعيداً عن جدران الغرفة بمسافة لا تقل عن المتر ليقف المختبر إلى جانب الطفل بعيداً قليلاً خارج مجال الرؤية بالنسبة.

على المختبر أن يقف على بعد ٤٥ سم من أذن طفل عمره ٢٤ أسبوعاً وعلى بعد متر وثمانين سم بالنسبة لطفل عمرة ٣٦ أسبوعاً فيما فوق.

الإجراء:

اصدار أصواتاً على الترتيب التالى: أولاً طبقة صوت منخفضة

ثانياً: طبقة صوت عالية. لكل من الشخشيخة والملعقة والفنجان والجرس اليدوى.

حاولى إصدار الأصوات عند كل أذن إن لم تحصلى على إستجابته انتظرى ثوانى واعيدى اصدار الصوت ثم انتظرى مرة أخرى.

إن لم تحصلى على استجابة بعد محاولات ثلاث لاصدار الصوت بطبقة صوت عالية.

الاستجابة:

يستدير الأطفال الطبيعيون فى عمر الـ ٣٦ أسبوعاً فيما فوق نحو مصدر الصوت حالاً وهم يبتسمون تكون استجابة الأطفال الأصغر سناً أبطأ.

الفعل المناسب

إن استجابة طفلك الواضحة لثلاثة من الأصوات الخمسة التى سبق ذكرها يعنى أن طفلك يمتلك حاسة السمع الكافية ليتمكن من الكلام.

وإن كانت الاستجابة أقل من ذلك أعيدى الاختبار مرة أخرى واستشيرى الطبيب.

العمر من ١٨ شهراً - ٢ سنة

الإعداد



ضعى كرة، سيارة، فنجان، ملعقة، دمية صغيرة على سطح طاولة منخفضة، إجلسى طفلك إليها وإجلسى فى قبالته على بعد ٦٠ - ٩٠ سم مسافة الحديث الطبيعى ليكن إلى جانبكما شخص ثالث مألوف للطفل.

الإجراء:

قدمى لطفلك كل من الألعاب السابق ذكرها الواحدة تلو الأخرى قولى له هذه سيارة وتناولى السيارة بيدك وهكذا.. اطلبى إليه بعد ذلك أن يعطيك الأشياء على نحو الترتيب التالى الكرة، السيارة، الدمية، وهكذا.

إن فعل طفلك ما طلبت إليه بشكل صحيح.. اعطى الفنجان إلى الشخص الثالث (الأب مثلاً) وهكذا اطلبى إلى طفلك الآن أن يعطى أبيه الألعاب الواحدة تلو الأخرى.. ابتعدى عن طفلك مسافة ١,٨٠ متو واطلبى اليه أن يأتى ببعض تلك الأشياء إليك.

يجد كثير من الأطفال صعوبة بالاستجابة بشكل جيد عن مسافة ثلاثة أمتار.

الاستجابة

إن لم يستجيب طفلك للمرة الأولى انتظرى قليلاً فربما كانت استجابته متأخرة وربما استجاب إلى طلبك ولكنه قد يخطأ فى حمل اللعبة الصحيحة المطلوبة.

صححى خطأ وضع اللعبة الخطأ وارفعى اللعبة الصحيحة ولا تأبهى للموضوع إن كرر طفلك الخطأ.

إذا انصرف طفلك بانتباهه حاولى جذبه مرة أخرى بصوت عالٍ.

من ٢ سنة إلى ٣ سنوات

الإعداد:

إجلسى مقابلة لطفلك على منضدة وقد أحضرت فنجاناً، ملعقة، كرة، سيارة، ودمية احضرى قطعة الكرتون لتخفى وراءها شفتيك أثناء الاختبار.

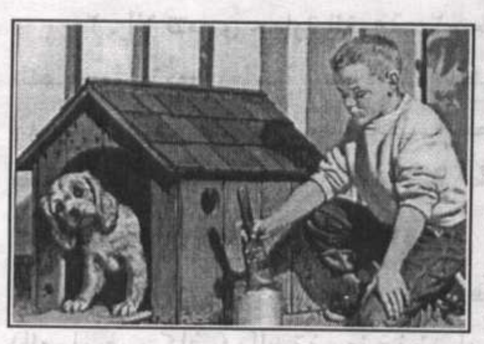
الاجراء:

قدمى لطفلك كل الأشياء على نحو الترتيب التالى الفنجان، الملعقة، الكرة، السيارة، الدمية، اطلبى إلى طفلك أن يناولك الأشياء الواحدة تلو الأخرى.

ضعى الملعقة فى الفنجان قائلة: أنا أضع الملعقة فى الفنجان.

ابتعدى قليلاً إلى مسافة ١,٨ م - ضعى قطعة الكرتون على شفتيك وأنت تطلب إلى طفلك بصوت هادىء ومنخفض أن يضع الأشياء فى السلة الواحدة تلو الأخرى.

طفلك والحيوانات



الكلاب والقطط تجلب القمل والحشرات الضارة حيث تسبب التهيج والحكاك والالتهابات وتنقل الكلاب أيضاً الدودة الوحيدة (فالكثير من الكلاب لديها الدودة الوحيدة) والقطط تنقل مرض مخالب القطط والعصافير والذباب تنقل كميات من الجراثيم البرغس وكل الحشرات التى تعقص تنقل الأمراض وعقصها يسبب التهيج والحكاك والالتهابات والحرارة بالإضافة إلى أن ريش وشعر (السرير، اللحاف) الحيوانات يسببان الحساسية عند الصغار الذين لديهم قابليه لذلك (حساسية، ربو، أكزيما).

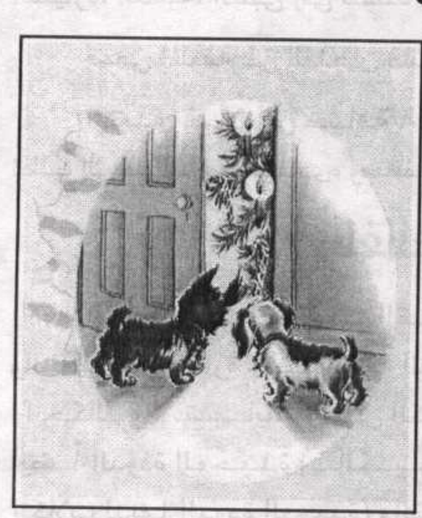
فى الحقيقة يجب أن نبعد عن غرفة الطفل الحيوانات وفى الصيف نضع ناموسية على النافذة أو حول السرير .



الأشخاص

يمكن للأشخاص أن ينقلوا الجراثيم إلى الطفل وذلك بوضع معظمهم إلى جانبه الذى يكون مليئاً بالجراثيم أو باقترابهم من الطفل وذلك فى حالة إصابتهم بالرشح أو البرد والأخطر من ذلك هو السل فالبالغ الذى يهتم بالطفل يجب أن يلبس مريولاً أبيض مخصصاً لهذه الغاية ويجب أن يغسل يديه ويقص أظافره ويكون ذا هيئة نظيفة.

الشروط الواجب توافرها لغرفة الطفل



١ ـ غرفة الطفل قليلة الضجة: فالضجة تقلق المولود لدرجة أن بعض الباحثين تساءلوا إذا كانت لا تؤخر نمو الطفل فاخفضى أصوات الراديو والتليفزيون والمسجل.

٢ ـ ألا تتعدى حرارة الغرفة ٢٠م خلال النهار وأن تكون رطبة بانتظام وأن تطفىء الدفاية خلال الليل شرط تغطية الطفل بشكل مناسب وحين تبقى الغرفة رطبة، فإننا نضع وعاءً من الماء.

٣ ـ غرفة معرضة للهواء. يجب فتح النافذة ليلاً إذا كانت الغرفة صغيرة (الهواء غير كاف) والسقف منخفض أو إذا كان الطفل نائماً مع أخ أو أخت ولكن يجب ألا يصيب الهواء وجه الطفل مباشرة فبين الطفل والنافذة ضعى ستارة أو حاجزاً وليس ضرورياً فتح الشباك على مصراعيه ففتحة صغيرة تكفى حتى يتجدد الهواء.

أما إذا كان الطقس بارداً فيفضل عدم فتح النافذة فى حالة وجود الكثير من الهواء أو الضباب وإذا كانت الشقة فى طابق أرضى بسبب الغازات التى تنفثها



السيارات ومن المفضل وضع الطفل فى غرفة غربية جنوبية أى تتعرض إلى أشعة الشمس أطول مدة ممكنة خلال النهار.

المخاطر التى يتعرض لها الطفل



بعد أن تضعى طفلك بمنأى عن الجراثيم فى غرفة صحية يجب أن تضعيه أيضاً بمنأى عن الحوادث التى يتعرض لها فى البيت فى الطريق أو فى الريف لأن حادثاً واحداً قد يكون قاتلاً أكثر من كل الأمراض. ومن المهم التعود على رؤية الخطر أن تديرى يد الإناء على النار.. هذه الأشياء تصبح خطرة طالما أن هناك طفل فى المنزل ومن هذه الأخطار.

١ ـ الحلة ذو المسكة المتجهة نحو الخارج بالإضافة إلى أن هذه الحلة إذا كانت ممتلئة فإنه قد يفيض ويطفىء الغاز مسببة الاختناق.

٢ ـ المخدة أو اللحاف فى سرير الطفل قد تسبب الاختناق.

٣ ـ النوافذ والشرفات التى لا حواجز لها.

٤ ـ أجزاخانة الصيدلية التى فى متناول الأطفال قد تكون قريبة من النار بالرغم من احتوائها قنينة أثير.

٥ ـ مواد التنظيف الموضوعة مع الأشياء التى تؤكل أو التى توضع فى غلاف شبيه بغلاف المواد التى تؤكل (ماء الجافيل فى قنينة ماء الزهر).

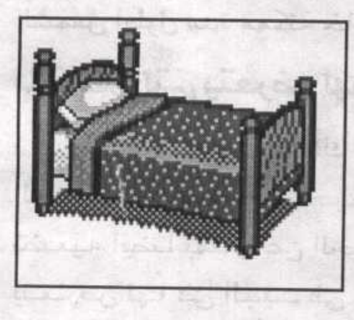
٦ ـ سلك الكهرباء غير المغطى: يوجد فى السوق أغطية لسلك الكهرباء.

٧ ـ الدفاية الكهربائية غير المغطاة.

٨ ـ شريط آلة الحلاقة المتدلى فيلعب بالشفرة التى تسبب له جروحاً خطيرة.

٩ ـ الطفل الذى وضع على السرير بلا حواجز

لماذا غرفة الطفل بالذات؟



إن الكثير من الآباء والأمهات يهيئون غرفة خاصة للمولود قبل ولادته فيبتاعون له سريراً جميلاً وعربة أطفال ومهداً جميلاً لأن الكثير من علماء النفس عادوا إلى تجهيز استعمال المهد إذ يلوح لهم أن الأطفال فى المهد لا يشعرون كثيراً بالانفصال عن جسم الأم إذ أن هزات المهد تعوض عليهم ما قد فقدوه من تأرجحات عند التحركات فى جسمها فإذا كان بإمكان الأهل تخصيص إحدى غرف الشقة للطفل وإذا لم يكن فيمكن تخصيص زاوية فى إحدى الغرف ويجب ترتيب مكان للطفل باكراً وإذا كانت الغرفة مدهونة حديثاً فيجب الأنتظار حتى تجف لأن رائحة الدهان تؤدى إلى التسمم.



أما الطفل فإنه سيصل إلى وقت يزحف فيه ألا يجد أشياء عدائية فيها وأن يلعب دون خوف دون أن يرتطم بزوايا الطاولات الحادة. ويجب ألا تكون الجدران سريعة العطب وكذلك الستائر وأن يستطيعوا الزحف على الأرض دون الخوف من دخول أشياء فى يديه أو رجليه كل ما نجده فى غرفة الطفل يجب أن يكون متيناً قابلاً للغسيل خالياً من الأخطار عمليا ونظيفاً يجب تجنب أعشاش الغبار كالسجاد والبساط والتحف ومن المفضل وضع سجادة فى غرفة الطفل فإن الأطفال الذين يبدأون بالمشى تعلق أقدامهم ويقنعون بصورة دائمة أما الجدران فتزين بورق جدران يمكن غسله أو تطلى بدهان قابل للغسيل حتى ارتفاع



متر على الأقل. أما الألوان فمن المفضل أن تكون متجانسة والجدران المغطاة برسوم لا تتعب عين الطفل أما الستائر فيجب أن تكون سميكة بحيث لا تترك الطفل يستيقظ مبكراً وأن تكون ذات ألوان فاقعة ورسوم واضحة.

أما إذا كانت الأم سترضع طفلها فإنها ستحتاج إلى كرسى منخفض أو كنبة لأنها ستشعر بالراحة عندما تجلس عليها أكثر مما لو جلست على كرسى عالٍ.

أما إذا لم يتوفر للطفل غرفة خاصة فيمكن تخصيص ركن فى إحدى الغرف حيث يجب أن يتوفر فيه كل ما يحتاجه الطفل من مهد أو سرير إلى طاولة وليكن هذا الركن فى الغرفة الأكثر هدوءاً فإن الطفل يحتاج إلى الهدوء فى الأشهر الأولى ومن المفضل عزل هذا الركن بحاجز أما إذا كان الطفل ينام فى غرفة والديه أثناء النهار فمن المفضل نقل سريره إلى غرفة أخرى أثناء الليل.

وأخيراً يجب وضع سرير الطفل فى محور نافذة الباب حتى لا يتعرض لمجرى الهواء.

خذى حذرك يا سيدتى

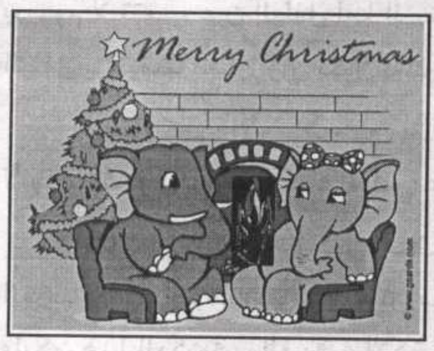
إذا دهنت غرفة وأثاث الطفل لا تستخدموا دهاناً يحتوى على الرصاص لأن الأطفال يمصون كل ما يقع بين أيديهم والرصاص خطر وسام وللسبب نفسه لا تعطوا الطفل ألعاباً من القصدير لأن القصدير نادراً ما يكون نظيفاً فهو يحتوى فى بعض الأحيان على ٨٠٪ من الرصاص وأخيراً فإن الغرفة الصحية هى الغرفة النظيفة يجب أن تنظفى الغرفة دائماً ولكن الجراثيم لا تأتى فقط من الأوساخ فإن الحيوانات والأشخاص يمكن أن يجلبوها.

(العربة)

وجود العربة مفيد جداً لطفلك فهى تسمح له بالقيام بنزهاته فى الصيف كما فى الشتاء أما إذا كان لبيتك حديقة فإن طفلك يستطيع أن ينام فى الحديقة.



الطفل واللعبة



لا يعرف الأهل دائماً أى لعبة تناسب عمر الطفل وإذا كان طفلك لا يحب الألعاب البنائية «البازل» فى العمر التى تهم هذه الألعاب الأطفال الآخرين فلا تستنتجى أشياء حول نموه ذلك لأنك ستجدين عنده اهتمامات أخرى.

من شهر إلى ٤ شهور

يكتشف الطفل الأصوات والألوان هذا عمر الشخشيخة.. الكبيرة مع قبضة عريضة لأن الطفل يجد صعوبة للقبض على الأشياء شخشيخة لها ثلاث أو أربع أو خمس كور حمراء أو زرقاء أو تعلق بسريره.

ملحوظة

اختارى لعبة طفلك من المطاط حتى لا تجرحه.

من ٤: ٨ شهور

يبدأ الطفل يستعمل يديه بكل الطرق فهو يلمس، يحك، يسحب، يضغط، يترك اعطه حيوانات من المطاط تعطى أصواتاً حين نضغط عليها أو ينبعث منها أصواتاً موسيقية.

من ٨ ـ ١٢ شهراً

يعمل الطفل على رمى الأشياء ويكرر ذلك ويحاول أن يرميها بعيداً وهو لا يفعل ذلك لازعاجك ولكن حتى يتسلى ويرى إلى أين تصل؟

فيجب إعطاؤه لعباً لا تتكسر فيخاف منها ويحزن لاعتقاده أنها ماتت فيبكى وتترسب لديه عقدة فقد الأشياء العزيزة عليه.



وفى عامود السرير علقى دولاباً يدور ويحدث أصواتاً وضعى فى ماء حمام حيوانات تسبح أسماك حمراء، بط، تماسيح ضفادع

من ١٢: ١٨ شهراً

ادفعى أمامه لعبة تدور فهذا يعطى الطفل ثقة ليقوم بخطواته الأولى حيوانات من الخشب دولاب موسيقى، عندما يجلس فإنه يحاول أن يرتب الدوائر والأكواب فوق بعضها - اللعب الموسيقية وأول عجينة من التراب فقدمى له القوالب دلواً، طاحونة ماء ورمل.

من ١٨ - سنتين

فهو يلمس كل شىء يحدث الضجيج ينقل الأشياء ويتنقل من أجل إشباع هذه الاهتمامات الجديدة..

إعطه قطار من الخشب يجره فى غرفته لأن جر الأشياء يشكل تقدماً بالنسبة للطفل وهو أصعب من الدفع.

وخلال فترات الهدوء اعطه أشياء ليمرن مهارته أشياء متداخلة أو علبة بريد وألعاباً على شكل علبة يكون غطاؤها مثقوباً بثقوب عديدة ومختلفة الشكل وأشكال توافق هذه الثقوب يجب أن يحاول وضع الأشياء فى ثقوبها فى هذه السن يجب الطفل أن يضرب بعصا أو مطرقة على قطعة خشب،

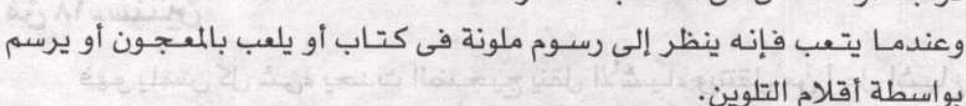
من السنتين إلى السنتين والنصف

يعطى الطفل فى هذه السن الألعاب نفسها للصبيان والبنات ولكن بعد السنتين والنصف فإن عادات المحيط والهدايا التقليدية التى يقدمها الأقرباء تجعلنا نعطى العرائس للفتيات والسيارات والقطارات والطائرة للصبيان.

أما إذا طلب أحدهما ألعاب الجنس الآخر إذا أردنا أن يمارس الرجال الأعمال التى خصصت تقليدياً للنساء فيجب ألا نقول لا للصبى الذى يرغب بألعاب الفتيات ويتقاسم الصبيان والبنات فى هذه السن الاهتمام بقرى الخشب.



من السنتين والنصف حتى الثلاث سنوات



يقلد الأطفـــال فى هذه السن آبائهم قيـادة السـيـارات، الحديث فى التليـفون، الذهاب فى رحلة تحـضـيـر الطعام، تنظيف البيت، القيام بنزهة مع اللعبة التى تلبس ثياباً جميلة فى سيارة رائعـة ومن أجل التمـرين إعطى الطفل دراجة أو حصان من الخشب المتحرك وعندما يتعب فإنه ينظر إلى رسوم ملونة فى كتاب أو يلعب بالمعجون أو يرسم بواسطة أقلام التلوين.

٣ سنوات: هذه السن هى سن الخيال والألعاب فتلعب البنت دور الدكتورة وتحمل علبه بها سماعة وإبرة بلاستيك وتحمل أيضاً عروستها لتكشف عليها. أما الولد فيمثل دور الضابط الذى يطارد اللصوص.

ويحب الفتى والفتاة ألعاب البناء التى تكون قصصاً، والأرجوحة والسيارة الصغيرة والقوارب والقطارات التى يسهل فكها.

٤ سنوات: يقلد الكبار يقود الدراجة الصغيرة يقوم بألعاب تتطلب الصبر: البازل وتكوين الأشكال البنائية الدقيقة ويحب الطفل الرسم والموسيقى ويتفرج على الكتب. أما البنت فتقوم بعمل حمام لعروستها وغسل ملابسها.

ملاحظة

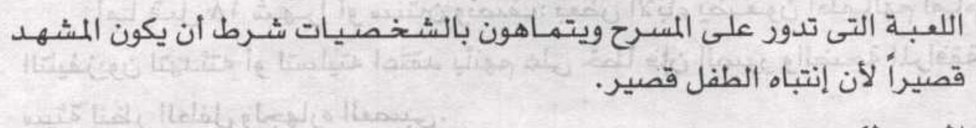
الألعاب الخطرة: أما الحوادث الكثيرة التى سببتها الألعاب فإن بعض القواعد وضعت وقد تجنبها صانعو الألعاب وتتعلق هذه الألعاب بنوعية وشكل المواد التى تكون خطرة ثم إن المتطلبات تمتد إلى التسمم والأمان الكهربائى.

لكن لا تزال هناك ألعاباً خطيـرة فعيـون الدب المصنوعة من الزجاج قد

تتكسر ويمكن أن تجرح الطفل أو يمكن أن يبتلعها ثم إن الشريط الحديدى الذى يكون فى قوائم الحيوانات المصنوعة من الوبر والنظارات المصنوعة من البلاستيك قد تتكسر ثم العناصر الصغيرة قد يقتلعها الطفل ويبتلعها مثل المسمار فى اللعبة الخشبية الدبوس فى قبعة اللعبة. أما الدب الوبرى الذى يبقى سنوات مع الطفل فإذا سعل طفلك فى يوم من الأيام دون سبب ظاهر تذكرى أن هذه الألعاب تشكل أعشاشاً للغبار ويمكن أن تكون مصدراً للحساسية فقد يكون مصدر هذا السعال أو نوبة الربو الدب الذى يحبه الطفل إلا أنه يوجد بعض أنواع منه التى نستطيع ولكن الطفل لا يلعب فقط بالألعاب فهو يلعب بكرتونة فارغة ملعقة من الخشب شريط أو شريطة بألوان مختلفة أو يخرج محتويات درج أو ينظر إلى الناس فى الشارع.

الدمى المتحركة

بعد ٣ سنوات تجتذب الدمى المتحركة الأطفال فهذه الشخصيات التى فى حجم لعبهم والتى تتحرك فى مسرح صغير تناسبهم كثيراً وغالباً ما يكون الأطفال متحمسين لمسرح الدمى فهم يضحكون ويعبرون عن فرحهم وإحباطهم بصوت عال ويشاركون فى



اللعبة التى تدور على المسرح ويتماهون بالشخصيات شرط أن يكون المشهد قصيراً لأن إنتباه الطفل قصير.

السيرك

لايقدر الطفل قيمة السيرك قبل ٣ سنوات

السينما

لا ينصح بالفيلم قبل ٦ سنوات ذلك لأن انتباه الطفل يقع بسرعة عندما يكون فى مكان مظلم وخلال فترة طويلة.

التليفزيون

يشكل التليفزيون جزءاً من الحياة العائلية فإننا لذلك نعتمد عليه بعد ١٨ شهراً - سنتين هناك بعض البرامج القليلة يمكن أن يفرح الصغار ويجب على الأم مشاهدة البرامج التى تثير إنتباهه.

لاحظى:

هناك فرقاً كبيراً بين الأطفال من ناحية الإهتمام بالتليفزيون ذلك أن بعضهم ينصرفون عن التليفزيون إلى ألعابهم والبعض الآخر من الصعب أن نبعدهم من أمام الشاشة الصغيرة وهم يغضبون إذا قدمت الأم نقداً معيناً.

لا تقلقى

إذا شاهد طفلك فيلم حربى أو مشاهد عنف فلا تبالى من أجل ذلك فإن الطفل يتأثر من حادث سيارة يشاهده فى الطريق أكثر مما يتأثر من مشاهد الحرب على الشاشة الصغيرة ولكن هناك بعض الأطفال الحساسين الذين قد يتأثرون بالمشاهد فيكون نومهم مضطرباً لا تنزعجى لذلك بل حدثى طفلك عن المشاهد التى أزعجته.

لا تنسى إنه لتجنب تعب العينين يجب أن نجلس على بعد ٣,٥٠م من الشاشة العادية وعلى مسافة ٢م من الشاشة الصغيرة.

أما قبل ١٨ شهراً أو سنتين ونصف: بعض الآباء يضعون أطفالهم أمام التليفزيون لتهدئته أو لتسليته اعتقد بأنهم على خطأ فإن الصور والضجة المرافقة سيئة لنظر الطفل ولجهازه العصبى.

متى أدخل مع طفلى إلى عالمه الخاص؟

تتساءل بعض الأمهات عن الطريقة التى يتعاملن بها مع أطفالهن ليعلموهم النظام والترتيب مبتدئين بغرفهم أو بالمكان الخاص بهم.

يقول د. روبن هينج أستاذ علم النفس والأطفال فى جامعة نيويورك أن



الطفل منذ ٦ شهور يجب أن ينفصل عن والدته وينام فى غرفة مستقلة ومن سن ٣ أو ٤ سنوات يجب أن يخصص له والداه مكاناً ليضع فيه أشياءه ولعبه وفى سن المراهقة يجب أن يكون له مكان خاص مهما كانت مساحته يشعر فيه بالأمان عندما يريد الاختلاء بنفسه بعيداً عن إخوانه فكلما كبر الطفل كبرت حاجته إلى مكان خاص أو مملكة خاصة لأحلامه وفى مرحلة المراهقة تكون هذه الحاجة أكبر وأساسية لأنها تسمح للطفل بالاختلاء بنفسه وسوف يكون ممتناً لك إذا احترمت مكانه.

ولكن لكل عملة وجهان لأنه فى معظم الأحيان يتحول هذا المكان أو هذه الغرفة إلى مكان لا يمكن العيش فيه من وجهة نظر أولياء الأمور.

إنهما إتفقا على أن يكون هذا مكانه الخاص يفعل فيه ما يشاء فيقول د. جيرار بونى أخصائى علم النفس الفرنسى.

إن على الأم أن تسأل نفسها أولاً: إلى أى حد تستطيع أن تتحمل هذا المنظر؟ فإذا وجدت نفسها عصبية ولا تستطيع أن تتمالك نفسها أمامه فيجب أن تقول لطفلها عن شعورها دون أن تتدخل بنفسها.

ولكن إذا كان المنظر بالفظاعة بحيث لا يمكن احتماله خاصة إذا كان البيت ضيقاً فإنها يجب أن تصمم على أن يكون هذا المكان دائماً نظيفاً ومرتباً لأن حجرته جزء من البيت ككل والبيت هو الواجهة التى تعبر عن أصحابها.

هل طفلى محبوب؟

يحمل الطفل عادة الكثير من الصفات الوديعة التى تجعله محبوباً إلى قلوبنا ولكن عندما يصبح الطفل مدللاً أو مشاكساً فإننا نشعر أنه مخلوق منفر ولا يطاق فلا يستطيع السيطرة على سلوكه ولا يفهم مشاعر الآخرين واحتياجاتهم فهو

يسعى دائماً لإكتشاف ما يحيط به.

وعادة ما نلقى مسئولية الطفل المدلل على والديه ونتصور أن هذا الطفل كان ولابد أن ينشأ منذ الأسابيع الأولى من حياته على نظام معين وصارم يكبت من تصرفاته ويحد من طلباته.

غير أنه فى الأسابيع الأولى من حياة الطفل يصعب على الوالدين تطبيق أى نظام بصورة مستمرة فعادات الطفل وقواه الجسمانية والعقلية تتبدل وبالتالى لابد من تغيير النظام وهنا ينصح علماء النفس الأمهات بالمرونة خلال المرحلة الأولى من حياة الطفل لأنه يحتاج إلى بعض الوقت ليتعلم الصبر وهذا لن يتحقق إلا بعد بلوغه الشهر الثالث عندها يمكن تطويقه على قبول نظام معين يتميز بالتوازن بين القمع والتدليل.

وهناك الأم التى تحاول التخلص من مضايقات الطفل المدلل بأن توعده بأشياء ثم لا تنفذ وعدها مما يعلمه المراوغة وعدم احترام القرارت والقوانين مما يؤثر عليه فى الكبر فلا يستطيع اتخاذ القرارت الاجتماعية الصالحة لمستقبله.

كذلك إنشغال الأم طوال الوقت عن طفلها يجعله يلجأ إلى التليفزيون مما يعلمه الكسل وعدم الرغبة فى استذكار دروسه لذلك على كل أم أن تسمح لطفلها بمشاهدة البرامج التعليمية فقط أثناء العام الدراسى وأن تمنعه من مشاهدة التليفزيون إذا قررت ذلك وإن أرادت الأم أن تعاقب طفلها فعليها أن تتجنب العنف ولا بأس من استخدام التوبيخ بين الحين والآخر أو حرمانه من مصروفه أو بعض الهدايا التى تقدم له فى المناسبات.



فن معاملة الطفل الصعب

يؤكد علماء النفس أنه لا يوجد طفل دائم الطاعة والنظام ولكن بعض الأطفال يكونون بالفعل أكثر صعوبة فى التربية بالمقارنة بالآخرين.

فيقول المتخصصون أن ١٥٪ من الأطفال تحت سن ست سنوات يمكن أن نطلق عليهم تعبير «أطفال صعب التعامل معهم» ولكن ما هو تعريف الطفل الصعب؟

إنه الطفل الذى كثيراً ما تنتابه ثورات الغضب ويكون متقلب المزاج ولا يتكيف بسهولة مع المواقف الجديدة فيكون نشاطه زائداً عن الحد بالإضافة إلى عدم انتظام نومه وطعامه والطفل الذى تنطبق عليه هذه المواصفات يكون غير محتمل ويشكل عبئاً كبيراً على أفراد الأسرة إليك بعض النقاط التى تساعد على التعامل مع هذه التصرفات عدم انتظام مواعيد النوم والطعام حاولى التمسك بجدول حازم لوقت النوم وتناول وجبات الطعام ولكن لا تجبرى الطفل على تناول وجباته إذا كان لا يرغب فى ذلك ولا على النوم فى المواعيد المحددة فالذى نعنيه بتحديد وقت للنوم يعنى أن تتركى الطفل يلعب فى السرير لفترة إذا رغب فى ذلك.. المهم أن يدخل حجرته ويستعد للنوم.

النشاط الزائد للطفل القلق وغير المنظم يحتاج إلى روتين.. اهتمى بنوعية الروتين بقدر التكرار اليومى بعدة خطوات فمثلاً قبل النوم يجب أن يأخذ حمامه ويغسل أسنانه ثم تحكى له حكاية وهو نائم فى سريره.

ثورات الغضب

حاولى معرفة ما الذى يثيره حتى تتفاديه بعد ذلك وعند ظهور بوادر الغضب احتفظى بهدوئك على ألا تستسلمى لطلبات الصغير.

صعوبة التكيف مع المواقف الجديدة

اعطى لطفلك وقتاً كافياً للتعود على الشىء الجديد والطفل الصعب مثل كل

الأطفـال يكون رد فـعله أفـضل إذا تقـربت منه بأسلوب صـارم وصـريح وينصح المتخصصون بالنسبة لهؤلاء الأطفال بتقديم عدة اختبارات لهم مع عدم الإفراط فى التوضيح.

والشـىء المطمـئن هـو أن هؤلاء الأطفـال إذا عـرف أوليـاء أمـورهم كـيف يتعاملون معهم فإنهم يصلون إلى سن دخول المدرسة فيكون التعامل معهم أسهل بعد ذلك.

طفلى عنيد وشقى وغير مطيع ماذا أفعل؟

تكثـر شكوى الأمـهات من شـقـاوة أطفالهن وعدم إطاعـتهن ويتساءلن عن الطريقة المثلى للتعامل معهم. يقول د. ستانلى استاذ علم النفس فى مستشفى نيـويورك. أنه ليس هناك طفل هادىء أو مطيع مـعظم الوقت فكل طفل تمر به فترات يكون فيها شقياً أو غير مطيع أو غير منظم إلا أن هناك بعض الأطفال الذين يكونون فى منازلهم أصـعب من الآخـرين ويمكن تعـريف هؤلاء بالعـلامات الآتية: استمرار ثورات الغضب لفترات طويلة، تقلبات المزاج صعوبة التكيف مع المواقف أو الأنشطة الجديدة، النشـاط الزائد عدم انتظام مـواعيد تناول الطعام والنوم، الحساسية للأصوات والشىء المطمئن هو أن نادراً ما تظهر هذه الأعراض مجتمعة عند طفل واحد.

واليك بعض النقاط للتعامل مع أكثر الأطفال صعوبة

- حاولى وضع نظام صارم على ألا تجبريه على تناول الطعام أو النوم.

ثورات الغضب حاولى تفاديها قبل وقوعها عن طريق لفت نظر الطفل إلى شىء آخر ولكن متى بدأت الثورة فحاولى التظاهر بالهدوء وعدم التدخل ومعاقبة الطفل.

- حاولى عدم تقديم اختبارات عديدة للطفل ولا تكثرى من الايضاحات والتفسيرات وحاولى دائماً أن يكون تعاملك مع التصرف السىء وليس مع السبب الذى أدى إلى حدوثه ويؤكد كذلك الآباء والأمهات أن الطفل لا يتصرف بهذه الطريقة نتيجة لسلوكهما معه كما يؤكد أن الطفل الذى يتصرف بهذا الشكل يكون



طبيعياً كل ما يحتاجه هو بعض الحزم مع النظام.

كيف أعلم طفلى ألا يكذب؟

«إبنى يكذب مع أنه رقيق ومهذب وفى أحيان كثيرة يحكى حكايات خيالية معتقداً أن المستمع سيصدقها».

هذه الشكوى ترددها الكثيرات من الأمهات وتسأل الأم عن كيفية توجيه صغيرها حتى يتخلص من الكذب حتى لا تصبح هذه الصفة السيئة أساساً لتعامله مع الآخرين وعن كيفية غرس الصدق فى نفس طفلها.

وتؤكد دراسات علم النفس أن الأطفال فى سن مبكرة أحياناً يكذبون كما أن الصغار لا يستطيعون التمييز بين ما يرونه أيضاً من حقائق وخيالات ومن الخطأ تسمية تصورات الطفل الصغير بالكذب ولكن على الوالدين إكتشاف ومعرفة الدوافع النفسية التى جعلت الطفل يروى هذه التخيلات على كونها واقعاً ثم العمل على التغلب عليها وغرس الثقة والصراحة مكانها.

من سن ثلاث سنوات حتى سن المراهقة

ـ الكذب بهدف الخروج من المأزق ويعد هذا النوع أكثر الأنواع شيوعاً بين الأطفال ويلجأ إليه منذ الصغر حتى سن المراهقة خوفاً من عقاب الوالدين.

ـ الطفل الذى يروى لوالديه وقائع كاذبة حول إنجازاته فعلى سبيل المثال يؤكد لوالديه أنه أحرز فى مباراة لكرة القدم خمسة أهداف وقد كان النجم وفى الواقع أنه لم يحرز سوى هدفين.

ـ الطفل الدائم الشكوى من أخوته وأتهامهم بأن أحدهم شتمه أو ضربه ويدل ذلك على أن الطفل بحاجة إلى صداقة الآخرين حتى يكتسب الثقة بالنفس.

ـ الطفل الكاذب يرى صورة أحد والديه يكذب وهو يقلده.

طفلى يتهته..

أحياناً يتعثر طفلك فى نطقه ويرتبك فى كلامه دون أن تعرفى السبب فإذا حاولتى أن تتدخلى لإصلاح هذا العيب فإن تدخلك قد يأتى بنتيجة عكسية حيث يزداد ارتباك الطفل وتتعثر كلماته بصورة أكبر وبالتالى يزداد قلقك وخوفك عليه هذه الحالة التى يصاب بها أنت المسئولة عنها.

علماء النفس يقولون أن هناك اهتمامك الزائد بطفلك وطريقة تربيتك له وعلاقتك له قد تكون هى السبب فى إصابة طفلك بحالة نفسية تظهر فى تعثر كلماته فيقول أخصائى الطب النفسى: هذه الظاهرة تكثر فى الأطفال الذكور عن الإناث ولها أسباب عديدة فهناك أسباب وراثية فقد تجد ظاهرة التعثر فى النطق فى أفراد الأسرة والأقارب.

ومن الدراسات العديدة تبين أن الأب نفسه كثيراً ما يعانى من هذه الحالة التى يعانى منها إبنه والطريف أن الأب يتجاهل حالته أثناء عرض مشكلة أبنه على الطبيب ولا يصرح بها إلا عندما يوجه إليه الطبيب سؤالا مباشراً عن وجود أفراد آخرين بالأسرة مصابين بنفس الحالة أيضاً من بين هذه الأسباب التوتر الذى يسود الأسرة وينعكس على الطفل ويؤثر فى حالته النفسية فعدم تحكم الأب العصبى والأم المنفعلة فى عواطفهما يؤدى إلى فزع الطفل وخوفه وعدم شعوره بالأمان وخاصة إن لم يكن هناك سبب واضح ومفهوم أمام الطفل يبرر كل هذه الإنفجارات وكثيراً ما نجد أن الطفل يبدأ بالكلام فى أول مرة بصورة سليمة طبيعية ثم يبدأ فى التعثرفى الكلام عندما يزداد نموه ووعيه بما حوله ومن هنا يصاب الطفل بأزمات نفسية ويبدأ فى التهتهة والإرتباك فى الكلام وكثرة الاهتمام ومحاولة تنبيه الطفل بشكل مستمر إلى مشكلته تؤدى إلى عكس النتيجة ولذلك يجب على الوالدين أن يساعدا طفليهما على التغلب على مشكلته أولاً باعتبارها تطوراً ومظهراً لحالته النفسية.

وكثيراً ما يظهر على الطفل الارتباك فى النطق أو عدم التحكم فى الإخراج مثل التبول اللا إرادى وقد تمر هذه التغيرات بشكل عابر أو مؤقت فهى تنتهى كما



بدأت بدون تدخل وإزالة هذه الحالة تزيد من ارتباك الطفل وتتعقد الحالة.

العدوانية

يظهر الطفل فى بعض مراحل نموه عدوانية تجاه الآخرين فى فترة تعود النظافة مثلاً غالبا ما يرد بعدوانية على طلبات أمه فى سن السنتين «لا» هى الملازمة له فيما بعد فى سن ٣ سنوات يضرب بقدمه ويقوى عنده ميل المعارضة إنه يرفض أن يطيع ردود الفعل هذه عند الطفل ليست دلالة على سمة تسليطه فى شخصيته وصعوبة المزاج إنها ردود فعل تظهر فى كل مرة ينبغى على الطفل أن يجتاز مرحلة مهمة من نموه إن مقاومته وغضبه ورفضه كلها وقائع تسجل قوة شخصيته التى تبحث عن تعبير مناسب تنفرد به تبحث عن موقع لها فى عالم البالغين.

إن العدوانية تترجم دائماً «حالة أزمة» أى الصعوبة التى يواجهها الطفل فى التكيف مع القيود الجديدة الصعوبة فى أن يترك عادات قد ألفها حين تترجم دينامية شخصيته وحيويتها على طريق تطورها وتمر الأزمة والمرحلة تعبر ويدخل كل شىء مجدداً فى نظام ويتخلى الطفل عن معارضته التلقائية ويستعيد من جديد توازنه وبهذا المعنى يمكن القول إن عدوانيته هنا مؤشر بصحة نفسية.

لكن إذا استمرت العدوانية وأصبحت عند الطفل عادة فهى تعبير حقيقى عن عدم راحة عاطفية فى هذه الحالة العدوانية هى انذار موجه للأهل وبدلاً من أن نستنتج أن «طفلى غدا سىء الطباع شريراً» يجب أن نفطن أنه تعيس وأن نبحث عن جواب لماذا؟

أترى هدفه أن يجلب انتباه أم لاهية عنه أو والد مشغول بعمله.. سوف تعكر المشاجرات الدائمة حياته.

إنه غيور.. هنا يجب ان نجد السبب قبل أن تصبح هذه العدوانية لشخصية غاضبة قد تجاوزت بعلاقات الطفل مع الآخرين.

على الوالدين الأم والأب أن يكونا الأكثر اندفاعاً لتربية طفلهما. ولسوف يكون عندهما القلب الكبير المتمكن من مجابهة كل صعوبة تنشأ فى هذا المجال

والصبر اللازم لحلها إن ميزة الاستمرار والمتابعة والتواصل المطلوبة فى تربية الطفل لا يمكن أن يطلبها من شخص خارج نطاق الوالدين بالذات لتربية طفل يجب أن يقودنا الاعتقاد بأنه سوف يكون منفذاً للبشرية.

إن الأب والأم يمكنهما أن يحملا اعتقاداً من هذا النوع.

ونجد الأهل على عجل لرؤية طفلهما يحرز تقدماً فى كافة الميادين

انتبهى معى

إذا كنت لا تريدين أن يتلفظ طفلك بالكلمات النابية وأن يردد ما قد يسبب لك إحراجاً أو يقوم بالإشارات او الحركات غير المهذبة فيجب ألا يحدث هذا أو ذاك أمامه.

إن طفل ٣ سنوات يدرك أكثر بكثير مما نعتقد إنه يقلد ويكرر يذكر أحد الباحثين عن طفل ٣ سنوات يقول «إن ماما مبذرة جداً»

ـ يعود الطفل من نزهة فيروى «رأيت قرداً فى الشارع لا تقولى له «هذا غير صحيح» أو أنه يخترع المواقف فمرحلة ٣ سنوات هى السن الذهبى للتخيل من المحتمل جداً أنه رأى قرداً فى الشارع فعلاً وسوف يصدمه أن لا تصدقى ما يقوله لا تعالجى تخيلاته على أنها أكاذيب وإذا ما اختلق الشخصيات والمواقف وحكى لك أنها القصص والروايات قولى ربما غداً فيما سيكون روائياً كبيراً كونى فخورة بذلك.

ـ هل يصح أن نروى للطفل القصص الخيالية وحكايات الجنايات؟ البعض يقول لا فهذا مما يدفع الطفل الى العيش فى عالم خيالى إن الخيال ضرورى للعيش يوافق كل أطوار الحياة فى ٣ سنوات كما فى ٣٠ سنة.

والعلماء والمخترعون والرواد كلهم نراهم كانوا فى البداية كانوا يتخيلون.

إذاً لا ضرر فى أن نغذى الخيال ويجب ألا تثير صحبة الطفل له الضحك والاستهزاء يجب ألا نهزأ من رواية الطفل وإلا اضطر إلى ما ينغص عليه روايته ونجده فى كل لحظة يقول إن ما أقوله بجد.

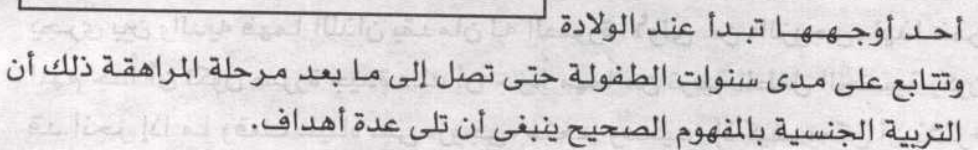
والأسوأ من هذا أن نلعب بخيال الطفل وأن نستغله لإشاعة الخوف فى نفسه فنقول له «أبو شوال سيأتى ليسرقك» فهذا أولاً كذب وليس بحقيقة والطفل سوف يعى ذلك سريعاً ولن يصدقك بعد ذلك وهذا بالتالى يسىء الى أعصاب ونفسية الطفل.

- طفل الـ ٣ سنوات يكتسب حس التوازن فلم يعد يقوم بحركات اعتباطية أو مفاجئة وها هو الآن يمشى بتوازن الإنسان البالغ وينزل الدرج ولكنه يضع القدمين عند كل درجة ويستطيع أيضاً أن يسيطر على حركاته إذ يمكنه أن يملأ كوباً بالماء على نحوما ينبغى كما يمكنه أن يرسم أشكالاً على الورق ويمسك الألوان ويتخيل شكل البطة كذلك يبدأ بتنظيف أسنانه بالفرشاة وهو فخور بذلك

التربية الجنسية

إن التربية الجنسية لا تختزل إلى مجرد محادثة الطفل عن كيفية ميلاد الأطفال الصغار وكيف أنهم كانوا قبل ولادتهم أجنة.

إن التربية الجنسية تشكل جزءاً من الحياة جزءاً من التربية بالمعنى الحصرى للكلمة بل هى أحد أوجهها تبدأ عند الولادة



وتتابع على مدى سنوات الطفولة حتى تصل إلى ما بعد مرحلة المراهقة ذلك أن التربية الجنسية بالمفهوم الصحيح ينبغى أن تلى عدة أهداف.

يجب أولاً أن تساعد الطفل على إدراك الجنس الذى ينتمى إليه وأن يشعره ذلك براحة نفسية فبعض الأهل مثلاً الذين خاب ظنهم ورزقوا بنتاً يعاملونها كما لو كانت صبياً أو العكس وفى الحالتين تترتب على ذلك نتائج غير حميدة

بالإضافة إلى ذلك فإن الطفل عندما يكتشف فى حدود ٣ سنوات. وعموماً الفرق بين الجنسين يجب ألا نصدمه بهذا الاكتشاف الذى حققه اللمس أو النظر إلى أعضائه التناسلية أو إلى الأعضاء التناسلية للجنس الآخر قائلين له لا تلمس ولا تنظر فهذا خطأ وعيب .

إن مثل هذه الملاحظات تقع فى غير موضعها وإياكم ثم إياكم أن تهددوا الصبى إذا ما لاحظتم أنه مستمر فى لمس عضوه التناسلى قائلين سوف نقطع هذه الحنفية.. مثل هذا التهديد الشائع عند الأهل له نتائج خطيرة على الصعيد فى المستقبل إذ قد يشعر الطفل بالإثم لفترة طويلة جداً.

إن الأهل المثاليين هم الذين يساعدون طفلهم شيئاً فشيئاً على أن يصبح رجلاً وابنتهم على أن تصبح فتاة فهذا كما يرى المحللون النفسيون إحدى المراحل الأساسية فى نمو الطفل والطفل فى نموه يكبر باحثاً عن تقليد الكبار - مفتشاً عن التماهى بهم فالطفل الصغير يتبع أباه والبنت تتبع أمها.. التربية الجنسية تعنى أيضاً إكتشاف الجنس الآخر اكتشاف العلاقة بين الرجل والمرأة.

وأن إكتشاف الجنس الآخر يكون أكثر سهولة ويسراً فى الأسر المختلطة أى فى الأسر التى يوجد فيها أخوة وأخوات فالفتاة التى ليس لها أخ وتنتقل فيما بعد إلى مدرسة للبنات سوف تصاب بالتردد والحيرة فى أول فرصة تتيح لها الاحتكاك مع الصبيان.

إلى ذلك فإن الطفل يكتشف العلاقة بين الرجل والمرأة من خلال مراقبته ما يجرى بين والديه فهما اللذان يقدمان له الصورة الأولى عن «الزوجى» لهذا فمن المهم جداً أن تكون صورة جيدة ذلك أن جزءاً مهماً من تربية الطفل الجنسية يكون قد أنجز إذا ما وقعت عيناه على «زوجى» متحد وسعيد، إذ كيف يمكن أن نشرح للطفل بأن ما يقرب الرجل والمرأة بعضهما من بعض هى السعادة التى يجدانها فى العيش معاً والرغبة المشتركة فى أن يتمكنا من إنجاب طفل فى حين أننا على صعيد الواقع نعطيه مثلاً عكس ما نقوله تماماً إن الطفل سوف يكون هنا أمام واقع مناقض للقول.



أما إطلاعه على خفايا الأمور الزوجية هنا سوف يتم شيئاً فشيئاً فالطفل سوف يطرح الأسئلة بدءاً من سن ٣ سنوات وربما تأخر فى ذلك بعض الوقت وهذه الأسئلة سوف تولدها مناسبات عدة، صورة كلمة وردت فى محادثة الأبلة فى المدرسة حامل، محادثة مع طفل أكبر سناً... إلخ.

المهم هنا هو:

ـ ألا نعطى الطفل أجوبة خاطئة نكون مضطرين فيما بعد إلى تكذيبها والكبار يجاذفون بثقتهم عند الطفل لو اكتشف كذبهم.

وأيضاً يجب ألا يتوسع الكبار فى الإجابة عما طلبه الطفل فى سؤاله. والتحدث فى تفاصيل لم تخطر على باله.

والطفل ينسى سريعاً ما يقوله الكبار ويعود بعد أيام قليلة إلى طرح ما قاله...

الجنسية الطفلية

تظهر فى كتب التربية الجنسية اليوم «الجنسية الطفلية» والسائد أن لا شىء أبعد مما بين الطفل والجنس فالجنس بالنسبة لنا هو ما يقوم من علاقات بين البالغين واللذات الحسية الناجمة عن ذلك. إن للطفل لذة حسية حتى عندما يكون صغير جداً.. انظروا الى الطفل الذى يولد حديثاً وانظروا إلى حواسه تحديداً: التذوق، اللمس، الشم، الا تمده هذه كلها بأحاسيس لذيذة ساعة الرضاعة.

إن الجنسية لا تبدأ فى سن البلوغ لكنها تستيقظ شيئاً فشيئاً وتأخذ أشكالاً عديدة إنها تنبثق على مراحل تماماً كما الذكاء نصف المراهق الذى يتمكن من حل مسألة ما بأنه ذكى.

الوحدة

نسمع طفلاً يغنى أو يدندن وهو فى الحمام فنشعر أنه سعيد بوحدته.

يجب عليكِ أيتها الأم ألا تقطعى عليه إنسجامه بحجة أو بأخرى ـ دعيه

وشأنه فالطفل كالكبير بحاجة أيضاً لأن يعتزل الناس قليلاً من وقت لآخر ويخلوا إلى نفسه لكن هذا لا يعنى أن تغلقى الباب عليه إن خلوة نفسه لا يعنى استغناءه عن أن يسمع صوت خطواتك فى الجوار أو حركتك فى البيت باختصار أن يشعر بحضورك. بكلام آخر إن أغلقت عليه الباب شعر بنفسه متروكاً ومهملاً.

مولد طفل جديد



هذا الطفل بالنسبة للأسرة مصدر فرح وسعادة ولكنه بالنسبة إلى الأخ الأكبر والأخت الكبرى يعنى شيئاً آخر أنه حدث غير متوقع وطريف فالطفل القادم لا يكتفى بمشاركة الأخ الأكبر أو الأخت الكبرى لعبه ولكن يشاركه ما هو أثمن بكثير عاطفة الوالدين. إن وقع هذا على الطفل تماماً كوقع الرجل على امرأته حين يأتى لها بضرة إن الوضع خطير جداً على نفسية الطفل الكبير وعلينا أن نتخذ الحذر وإلا انقلب الموضوع إلى مأساة.

فمن المؤكد إذاً أن يكون الطفل غيور ولكى نخفف عنه وطأ هذا الحدث يجب مشاركته فى الاستعداد لميلاد أخيه أو أخته.

ولا ننسى أن نقدم له هدية يوم عيد ميلاد أخيه. إلى هنا يجب أن نتجنب اقتران خطأين من الممكن أن يكون لهما عواقب وخيمة بالنسبة إلى الطفل البكر.

الخطأ الأول: نقل الطفل من غرفته لوضع المولود الجديد.

والخطأ الثانى إدخال الطفل الكبير إلى المدرسة عقب ميلاد أخيه إذا كان من الضرورى أن يفترق الطفل عنك لبعض الوقت. إعهدى به إلى الجدة أو الخالة أو العمة أو أصدقاء يحبهم فهذا الانتقال المؤقت يكون جزءاً من فرحه إذ ذاك ولا يشعره بأنه منبوذ ووحيد وإلا فإن الطفل سوف يشعر بمرارة لأنكم أبعدتموه عنكم. أهم شىء هو أن يشعر بمدى حبكم له وألا يأخذ إنطباع أنكم تريدون



التخلص منه لأن هذا الاحساس سيؤلمه كثيراً ويدفعه للإنتقام من هذا الضيف الذى نغص عليه حياته.

على الأم أن تتحدث إلى طفلها عن هذا المولود بأنه جاء ليلعب معه لأنه شعر بأنه يلعب مع ابن الجيران.. وأن هذا المولود صغير كما يرى ويحتاج إلى لبن وطعام ليكبر.. وقد يسأل الطفل لماذا هو لا يتحرك ولا يمشى.. هنا يجب على الأم أن تقول له أنه لازال صغير مثل الكتكوت ومثل القطة المولودة.

وعلى الأم الواعية أن تضع فى ثياب المولود حلوى ونقود وتطلب من الطفل الكبير أن يبحث عن الحلوى التى أحضرها له أخوه ليأكلها وبالفعل يجدها الطفل الكبير ويفرح بها ويشعر أن هذا المولود يحبه فيبدأ هو الآخر يهتم به كأن يضع فى فمه البزازة أو يحضر له البناطيل والغيارات الجافة بعد أن تتسخ ملابسه.

من هنا كان للأم دور خطير فى ترسيخ الحب فى ذهن الأخ الكبير الذى يعتبر هذا الضيف لص يسرق منه أمه ويستعيد فى ذهنه ثديها التى حرم منه وفطمته عنه بسبب لا يدريه لعل هذا الأخ هو السبب أما إذا شعر أن له دور كبير فى رعايته ومساعدته لكى يكبر ويلعب معه فسوف يحبه ويرعاه.

وإذا لاحظت الأم بعض التراجع على مستوى السلوك أو الإدراك فهذا عادى إذ يرى الناس كلهم معجبين بهذا الوليد الجديد فيقول فى نفسه «لماذا لا أتصرف أنا مثل هذا الصغير لأنتزع الإعجاب أيضاً» فيعود إلى مص إبهامه والتبول فى ثيابه.

إن الخدمة الكبيرة الذى نقدمها له فى هذه المرحلة هى أن نشعره بأنه يعامل كالكبير من حيث واقع هذه الولادة الجديدة فإن انتقاله إلى دور الأخ الأكبر يجب أن يترافق بما يؤكده فعلاً، فأثناء انشغال أمه بالمولود الجديد يمكن أن يخرج برفقة والده يمكنه أن يستمر بلقاء أصدقائه ورفاقه كما كان الأمر في السابق المهم فى كل هذا أن نخرجه من دائرة الأم والوليد الذى يضغط على مشاعره ويجعله يتألم ويسده عسراً إلى الوراء نحو حداثته الأولى علينا أن نساعده فى أن يتطلع إلى الأمام موفرين له مجالات الاحتكاك واللقاء مع من هم فى مثل سنه.

وأخيراً إذا كانت غيرة الطفل الكبير غير طبيعية لحظة ميلاد الطفل الثانى فإن هذا وجه آخر من مشاعر الأخوة العادية التى تسرى فى اتجاهين متبادلين طوال حياتهما المشتركة سوف تكون حافلة أيضاً بما قد يثير غيرة الطفل الثانى من أخية الأكبر منه. إن المنافسة سوف تلعب إذ ذاك دور الكابح أو المحرك لكل منهما وذلك تبعاً للظروف وستكون جزءاً من تجربته تغنى علاقات الأخوة بينهما.

وهكذا فإذا كان الطفل الأول فى الأسرة قد سن كل الأحداث الجديدة بدءاً من ثورته عند الحلاقة الأولى حتى خطواته على طريق المدرسة، ويعيش هكذا فى كل مرة قلق الموقف الجديد فى ذلك ارتقاءه من الطفل الوحيد إلى الطفل الأول، فإن الطفل الثانى بالمقابل لا تحاط هذه الأحداث التى يمر بها حتماً بهذه الهالة من جانب الأهل، وهكذا لا يجد نفسه محط الأنظار فتترك لشخصيته بعض الحرية ليعيش تجاربه بلا قلق.

وهكذا ينبغى على الأهل فى المنافسة التى من المحتم أن تجرى بين الأخوة أن يساعدوا كل طفل على لعب دوره واستعمال كل الفرص المتاحة أمامه والتى يهيؤها له سنه وترتيبه فى الأسرة.

الحرية

- فى السنة الأولى يبدى الطفل رغبته فى الخروج ليكتشف الشارع.
- فى سن ١٦ شهراً يريد أن يترك يد أمه ليمشى بمفرده.
- فى سن ٣٠ شهراً يريد أن يستعمل السكينة بمفرده لقطع التفاحة.
- فى سن الـ ٤ سنوات يريد أن يعبر الشارع دون مساعدة.
- فى سن الـ ٦ سنوات يريد أن يذهب إلى المدرسة بمفرده.
- فى سن الـ ٨ سنوات يريد أن يبدى رغبته فى مشاهدة التليفزيون مساءً مع الكبار.
- فى سن الـ ١٢ سنة يبدى رغبته بالذهاب إلى النادى.



- فى سن الـ ١٤ يريد الذهاب للمصيف مع أصدقائه.

بالنسبة للطفل فإن هذا هو تماماً معنى الحرية أما بالنسبة إلى الأهل فالأمر يتعلق بمعرفة الوقت المناسب لترك العنان للطفل شيئاً فشيئاً ومتى يجب الحد من ذلك.

هناك صنف آخر من الأهل وهم على العكس لا ينتظرون حتى يبدى الطفل رغبته فى الابتعاد عنهم. بل يدفعون الى ذلك دفعاً... بأن يعمل مبكراً وهكذا ينشأ الطفل على القسوة والغلظة هناك أيضاً الأهل الذين يحبكون الطفل لا يجرأون على ترك يده كى لا يبتعد ولا يجازفون تجنباً للفشل ولا يتركونه يذهب بمفرده أما إذا أبدى الطفل استعداده للخطر صاحوا... إحذر.. حاسب... هاتقع وإذا أبدى رغبته فى أن يأكل دون مساعدة الآخرين يصيحون - انتبه سوف تتسخ ثيابك هم فى خوف دائم من أن يعانى طفلهم من خوف ما.. يبدى رغبته فى تعلم السباحة... نخاف عليه أن يغرق باختصار يبدو هؤلاء الأهل أنهم يخافون فعلاً من رؤية طفلهم يكبر، الطفل هنا عليه أن يناضل ينتزع حريته قليلاً - قليلاً فيكون فى اكتسابه الحرية على هذا النحو افتقاد من جهة أخرى للسحر الذى كان يتمتع به. إن حبس الطفل على هذا النحو يجعله خوافاً وشيئاً فشيئاً يفقده ثقته بنفسه وأحياناً على العكس من ذلك نراه يتوق الى يوم يمكنه فيه الإنطلاق ولكن إلى الأبد هذه المرة.

النزعة الاجتماعية

يمتلك الأطفال منذ الولادة غرائز اجتماعية تجعل العلاقة بينهم وبين آبائهم علاقة تفاعل قوامها مبدأين أساسيين هما الأخذ والعطاء.

بعبارة أخرى فإن كلاً من الأبوين والوليد يمثلان بمحض احتكاكها وتعاملهما علاقات متبادلة هى فى الأساس القاعدة الصلبة لكل اتصال اجتماعى آخر.

على النقيض فإن علاقة الطفل بألعابه علاقة مبتورة ذات منحنى واحد يدركها الطفل بشكل جيد فاللغة يمكن أن تجلب السرور إلى نفس الطفل ولكن



الطفل عاجز عن التأثير فى لعبته.

لذلك ترى الطفل يبحث دائماً عن الاهتمام المقترن بالرعاية وتبادل المشاعر والعواطف مما يجعله كائناً بطبعه.



إن بحث الطفل عن الاستجابة والقبول من الآخرين مطلب حيوى لذلك يتوجب علينا نحن الآباء رعاية إحتياجات أطفالنا والإستجابة لرغباتهم ليتمتعوا بقبول المجتمع لهم وتترك العلاقة القائمة بين الطفل وأبويه بصماتها على علاقته مع الآخرين فبمقدور الأبوين أن يجعلا من طفلهما إنساناً منفتحاً فاعلاً ودوداً محباً صدوقاً يتمتع بروح سمحة طيبة.

يقلد الطفل الوليد أبويه فى كل شىء ابتداء من تعابير الوجه إلى الايماءات فالحركات ثم بقية مناهج السلوك والتصرفات.

وهو أى الطفل. يستقى قواعده السلوكية والاجتماعية من أبويه فى السنة الأولى من العمر فالأبوين مطالبين ليكونا أكثر اجتماعية فى هذه السن من أى وقت آخر.

ويبدى الطفل ومنذ الساعات الأولى استجابة واضحة نحو الأصوات العالية وهنا يتوجب البدء بالكلام معه بشكل متواصل ومستمر فى سبيل بلورة النزعة الاجتماعية لديه.

الطفل الحديث الولادة

يرغب طفلك بالاستماع إليك والنظر إلى وجهك وإجابة كلامك فيومىء برأسه ويحرك فمه ويهز يديه ويبرز لسانه.



ما عليك فعله لمساعدته

ليكن هنالك تماساً مباشراً ومألوفاً بين بشرتك وبشرة طفلك وتبقى هذه الخطوة بدائية ولكن ملموسة فى تكوين ذلك الرابط الاجتماعى.

- اتبعى أسلوب المحادثة مع طفلك على خطين متوازيين بإجابتك لكن استجابة من طرفه ابتسمى له وردى عليه.

الأمر الذى يشجع لديه رد فعل مشابه.

توطيد الروابط

- يستجيب الطفل وبشكل سليم لعلاقتك معه.
- اجعلى هذه العلاقة قائمة على أساس الاتصال المتبادل والمشترك يجعل عينيك تنظران فى عينيه: عين إلى عين.

ولتجعل جلدك يمس جلده. جلد إلى جلد.

العمر ١٢ أسبوع

يدير الطفل رأسه نحو مصدر صوتك ويبتسم مرحباً ومعبراً عن سروره فيلوح بيديه ويهز رجليه.

ما عليك فعله لمساعدته

علمى طفلك أن يكون ودوداً ولطيف ليكافىء بالحب والاهتمام.

إنظرى فى عينى طفلك عندما يرضع.. ضعيه فى حضنك وقربيه منك وكلميه بلباقة.

العمر ١٦ أسبوع

ينظر طفلك فى وجوه الآخرين مبتسماً حينما يكلمونه ويلعبون معه لا يجب أن يترك وحيداً مع أمه لفترة طويلة.

يبكى إن شعر بالوحدة ويتوقف عن البكاء لدى رؤية أمه فيتهلل وجهه فرحاً.

ما عليك فعله لمساعدته

إمسكى طفلك دائماً فى وضعية يسهل له فيها رؤيتك.

- واصلى النظر فى عينى طفلك كلما سنحت الفرصة وبالغى فى إظهار سعادتك به.

- قلدى حركات طفلك أمامه وإمضى وقتاً طويلاً فى اللعب معه. يشجع كل من الغناء والإيقاع والموسيقى للطفل فى إصدار الأصوات وترديدها.

- بالغى فى استجابتك له من خلال الحركة والابتسامة واجعليه يتفاعل معك.

العمر ٢٠ أسبوع

يبدى طفلك الخجل فيستدير بوجهه وجسمه لدى رؤيته الغرباء بينما يبتسم فى وجوه الأشخاص المألوفين له.

إن وسائل التعبير لدى الطفل أربع:

البكاء. اصدار الأصوات.. تعبير الوجه - الحركة يستطيع التمييز بين الأصوات فيميز بين اللطيف والحاد والغاضب وتكون ردة فعله مختلفة.

ما عليك فعله لمساعدته

- قلدى الأصوات التى يصدرها طفلك مع تغيير فى طبقة الصوت ودرجته.

- إذا لمست لدى طفلك اهتماماً فى سماع الموسيقى

- دعيه ينصت إلى موسيقى خفيفة.. رنى جرس صغير إلى جواره.

قدمى لطفلك بعض الحلوى فيصفق بيديه.

العمر ٢٤ أسبوع

- يبدى طفلك سلوكاً عدائياً..
- يستجيب بإيماءات مختلفة يضرب بلطف يخربش بأظافره يمد يده إلى وجهك معبراً عن ترحيبه بك.

يخاف الغرباء ويتعلق بك ويبكى لفراقك.

ما عليك فعله لمساعدته.

- مدى له ساعديك عندما تقبلى لحمله ليقلدك ويمدد إليك ساعديه.
- أومىء إليه بحركة معبرة ورافقى إيماءاتك بصوت يوافقها وانتظرى ليقلدك
- قدميه إلى الغرباء وامنحيه الوقت الكافى ليتكيف معهم.
- اجعليه يتعلم الإيماءات.

العمر من ٢٨ - ٣٦ أسبوع



- ينظر طفلك الى طفل على مقربة منه ويحاول الوصول إليه ولمسه وكأنه يريد أن يشاركه اللعب.
- يحاول لفت الانتباه وجذب الاهتمام بالقيام بمختلف الحركات والإيماءات وتعابير الوجه فتراه يسعل - يبكى - يصرخ - يزعق - يصدر صوتاً دالاً على الكره والاعتراض.



ماذا أفعل؟

ليعلم طفلك أن حاسة اللمس هى وسيلة أخرى من وسائل الاتصال والتعبير. اشركيه فى ألعاب يدخل فيها اللمس.

- إن كان طفلك من النوع الثرثار ولا يترقف عن اصدار الأصوات.

- إجلسى إلي جانبه وحاولى تقليد أصواته مع أختلاف فى طبيعة وطبقه ولهجة صوتك.



- انتظرى رد فعل طفلك وتقليده لك من هنا نستطيع أن نقول أن للطفل وسائل كثيرة لجذب إنتباهه.

- شجعى لديه الاستقلالية عن طريق إحكام نفسه - امتدحى محاولاته وتجاربه.

- كررى كلمة لا ليدرك طفلك معنى النفى.

- إمنحيه كثيراً من الحب.

- حاولى أن تستغلى كل فرصة تسنح لك بالجلوس إلى طفلك - عبرى له عن حبك.

- امددى يدك والمسى بشرته.. إجعليه يعتادك.

العمر من ٣٧ أسبوع - ١ سنة.

- يعرف طفلك إسمه ويدرك معنى كلمة «لا».

- يمتلك الروح المرحة ويحاول جاهداً إضحاكك.

- يظهر كثيراً من الحب والتعلق بك فتراه يشد نفسه إليك ويضع رأسه ووجهه فى صدرك.

- يدرك الأداب الاجتماعية السلوكية مثل باى - باى - إلى اللقاء - مع

السلامة.

- يغضب إذا انتزعت لعبته من يده.

ماذا أفعل لأساعده؟

لتكن الضحكة تعبيراً يعنى الاستحسان والقبول ولتكن فاصلة زمنية تنهى بها نكتة أو قصة مما يساعد طفلك على اكتساب الروح المرحة فى مختلف الظروف.

- اتركى طفلك مع أطفال آخرين أو اتركيه مع أناس آخرين مثل الجدة وذلك ليتعود طفلك الاستقلالية والطمأنينة فى بعده عنك.

- علميه الآداب السلوكية.

- اقبلى عليه مودعة إذا هممت بالخروج من البيت رافعة يدك قائلة باى. باى.

العمر من ١٢ - ١٥ شهراً



- يألف طفلك اللقاءات الاجتماعية ويستمتع بها.

- يحاول أن يتابع الحوارات والأحاديث ويصدر صوتاً أو ضجة لدى توقف حديث ما وكأنه يشاركك فيه.

- يستطيع التكلم بكلة أو أثنين ذات معنى.

- يطلب الأشياء ويعبر عن شكره.

- يقول لا عندما يحجم عن فعل ما.

- يحاول أن يكون مساعداً أو مشاركاً فى فعل كل شىء معك.

- يحب أن يمسك يدك ليشعر بالأمان.

ما عليك فعله لمساعدته.

- إجلسى طفلك حيث يمكن المشاركة فى لقاءاتك مع الآخرين أو الاستماع إلى حديثك معهم.

- إجعلى طفلك يعتاد الجلوس مع الآخرين سعياً وراء طرد الخوف من نفسه لدى لقائه بالغرباء.

- علميه عبارة «شكراً».

- إمسكى يد طفلك وشجعيه متى شعرت أنه بحاجة إليك.

- ضعى طفلك فى مكان يكون مركزاً للمحيط من حوله ويفضل أن يكون له كرسياً دواراً يعينه على الإحاطة بما يجرى حوله.

العمر ١٥ ـ ١٨ شهراً

يصبح طفلك أكثر فعالية ويساعد فى العمل اليومى المعتاد فى ارتداء وخلع الملابس.

- يظهر حبه لكل أفراد الأسرة وللعبه والحيوانات الأليفة ـ القطة ـ الكلب ..

- يظهر مزيداً من الاهتمام تجاه الكبار ويرغب فى تقليدهم.

ما عليك فعله لمساعدته

- حببى إليه التعاون واطلبى منه القيام ببعض الأعمال اليومية الخفيفة.

- إسمحى له بارتداء ملابسه جواربه ـ قبعته ـ بنطلونه.

- قدميه إلى الأطفال الآخرين بهدف إقامة علاقات صداقة.

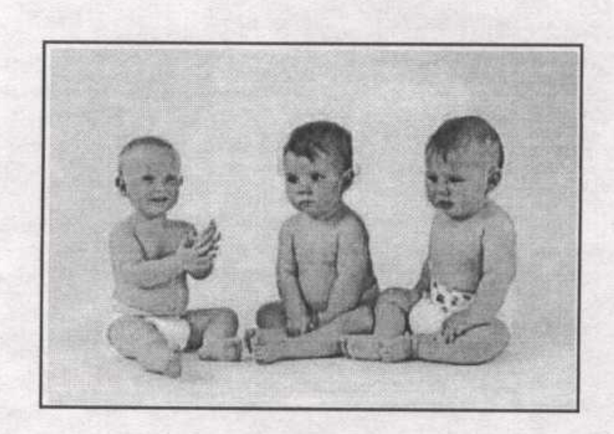


- إظهرى سرورك لهذا.

- إزرعى فى نفسه الحب للجميع.

أهله - أقاربه - أصدقائه.

- امتدحيه حينما يظهر عاطفة حب تجاه الآخرين.







الفهـــرس

